ROCZNIK X MARZEC ZESZYT 3

WYCHOWANIE FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ, ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH, ORGAN SEKCJI W. F. I H. SZK. PRZY T. N. S. W., JEDEN Z ORGANÓW KOMISJI LEKARSKIEJ TOW. PRZYJACIÓŁ NAUK, STUDJUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO UNIW. POZN., POLSKIEGO ZW. SOKOLEGO, ZWIĄZKU HARCERSTWA POLSKIEGO, ZJEDN. MŁODZ. POL., POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P. I PAŃSTW. URZĄD WYCH. FIZ. i PRZYSP. WOJSK., ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

RED. NACZ.: PROF. UNIW. E. PIASECKI, POZNAŃ, UL. CHEŁMOŃSKIEGO 20, II. P

Dr. Eug. Piasecki
prof. Uniw. Pozn.

Teorja wychowania fizycznego a dziedziny pokrewne*)

Jedno ze wstępnych rozważań nad teorją wychowania fizycznego musi, z natury rzeczy, dotyczyć rozgraniczenia jej od sąsiednich gałęzi wiedzy, czy umiejętności ludzkiej. Że zaś mamy tu do czynienia z działem nauki stosowanej, lwia część tych rozgraniczeń będzie odnosić się do nauk, mogących dostarczyć faktów, pojęć, czy wniosków, potrzebnych do budowy podwalin naszej teorji. Budulca dostarczają nam przedewszystkiem liczne gałęzie nauki czystej. Zawdzięczamy wszakże wiele starszym, lub obszerniejszym w swym zakresie działom wiedzy stosowanej (np. pedagogika, higjena).

Zużytkowanie tych materjałów bywa dwojakie. Część ich znajdujemy gotową w skarbcu nauk rzeczonych i to nam daje prawo do uważania ich za nauki p o d s t a w o w e: teoretyk wychowania fizycznego nie może np. ignorować ogólnych zasad filozofji, psychologji, anatomji, fizjologji, czy patologji. Prócz tego korzystania z gotowego, mamy już poczęści lub staramy się stworzyć, nowe gałęzie nauk stosowanych, które wobec

*) Artykuł ten, z pewnemi zmianami, będzie powtórzony jako rozdział przygotowywanego właśnie do druku podręcznika p. t. „Zarys teorji wychowania fizycznego" (Lwów, Ossolineum, Bibljoteka wych. fiz. i sportu).

teorji wychowania fizycznego odgrywają rolę nauk pomocniczych. I tak, stosując metody filozoficzne do takich zagadnień wychowania fizycznego, które tych metod wymagają, powinniśmy stworzyć filozofję tego działu; posiadamy zaś już obiecujące zawiązki psychologji, anatomji i patologji stosowanej, a fizjologję nawet wcale nieźle opracowaną.

Jak już wynika ze wzmianki powyższej, filozofja wychowania fizycznego czeka jeszcze na swoich twórców, łączących w sobie kompetencje znawców obu gałęzi wiedzy. Wszelkie dyskusje nad najbardziej zasadniczemi pojęciami (istota wychowania fizycznego, jego cele, środki, wyniki, etc.) wkraczają mniej lub więcej w zakres filozofji i dotychczasowe nasze w tej mierze rozumowania okażą się zapewne w niejednym szczególe dyletanckiemi w oczach przyszłego filozofa edukacji cielesnej. Nielepiej też przedstawiają się nasze wiadomości z zakresu estetyki postaw i ruchów, oraz etyki tego działu wychowania.

Psychologja wychowania fizycznego ma szereg nader ważnych zagadnień do rozwiązania i na niejedno z nich daje już dziś odpowiedzi dość ścisłe i szczegółowe. Działanie ćwiczeń cielesnych na szybkość reakcji, afekty (strach, gniew i t. p.) i ich opanowanie, instynkty (towarzyski, bojowy, naśladowczy etc.) i ich rola w kulturze ciała, sugestja jednostek i grup: wszystko to było już przedmiotem pięknych studjów i obiecuje znaczny stopień zbliżenia się do prawdy w najbliższej przyszłości. A wymieniliśmy tu jedynie przykładowo kilka problemów.

Od psychologji już krok tylko do pedagogiki i dydaktyki. Tym sposobem wchodzimy na pole nauk stosowanych, pole nietylko sąsiednie, lecz nie posiadające ku naszej stronie żadnej wyraźnej granicy. Pedagogika oznacza, nietylko jako nazwa, lecz jako pojęcie, naukę o wychowaniu człowieka, mieści zatem w sobie wszystkie trzy działy tego wychowania — intelektualny, moralny i fizyczny. Jeśli więc musieliśmy się przyzwyczaić do zdumiewającej nieraz ignoracji naszej dziedziny u wielu pozatem najlepszych teoretyków wychowania, do macoszego i dyletanckiego jej traktowania w podręcznikach pedagogiki i t. p., trzeba to uważać za objaw nienormalny, przejściowy. Ustąpi on w pokoleniach następnych, gdy stanie się rzadkością kandydat na uczonego, któryby nie zaznał na sobie dobrodziejstw kultury cielesnej.

Ale niedosyć na tem. Nawet gdybyśmy się zgodzili na ustalenie nakreślonego właśnie stanu rzeczy, niepodobna nam przeoczyć licznych luk w rozgraniczeniu między naszą a sąsiedniemi częściami wychowania, luk wynikłych z faktu, iż wychowanie fizyczne samo przez się nie jest i żadną miarą nie powinno być czysto fizycznem. Jak szczegółowo dowodzimy tego w innem miejscu, nazwa „fizyczne" oznacza tylko, że większość środków, jakiemi tu operuje pedagog, jest fizyczną w szerokiem tego słowa znaczeniu (ściślej, są to środki fizyczne, chemiczne i fizjologiczne). Jeśli jednak niezbędne jest rozwinięcie, obok tego, dużego zasobu środków psychicznych, to duchowemi w bardzo znacznej części okazują się cele, ku którym wychowawca fizyczny zmierza bądź bezpośrednio, bądź drogą wywołania zmian w organizmie, odbijających się w myślach, uczuciach, czy działaniach wychowanka.

Jest tedy anomalją teoretyk wychowania, nie zapoznany z jego działem fizycznym. Niemniejszą wszakże i niemniej karygodną jednostronnością grzeszy teoretyk wychowania fizycznego, ignorujący sąsiednie dziedziny — edukacji moralnej i intelektualnej. I tu znów musimy stwierdzić z przykrością, że takich jest większość. Błędne, ciasne pojęcia o istocie wychowania fizycznego, zakorzeniły się tak głęboko w umysłach najoświeceńszych nawet warstw społeczeństwa, że trudno walczyć z niemi skutecznie. Lekarz, posiadający trochę zamiłowań fizjologicznych, uważa się już tem samem za kompetentnego w naszym zakresie. Zapoznanie się z samemże wychowaniem fizycznem w jego całości już skłonny jest uważać za niepotrzebne. A cóż dopiero mówić o sąsiednich działach pedagogiki! Z moich słuchaczy-medyków, czy lekarzy, mało który nie starał się uwolnić od obowiązku uczęszczania na seminarjum pedagogiczne, oczywiście napróżno.

To, co powiedzieliśmy o pedagogice, w znacznej mierze stosuje się i do dydaktyki. Z jednej strony, wiele działów dydaktyki intelektualnej korzysta ogromnie z przymierza z niektóremi środkami naszej dziedziny (wycieczki, praca ręczna). Z drugiej strony znów, wychowawca fizyczny musi też rozwinąć metody dydaktyczne w zakresie przyswojenia uczniowi nowych dlań postaw i ruchów — metody w znacznej mierze oparte na

tych samych zasadniczych danych psychologicznych, które służą za podstawę teorji nauczania intelektualnego.

Tak oto dotarliśmy do innej, równie obszernej jak doniosłej, powierzchni zetknięcia naszej dziedziny ze sąsiedniemi. Po drugiej stronie szerokiego, a w wielu miejscach niewyraźnego pasa granicznego widać tym razem pole pracy nienaukowej — praktyki wychowania fizycznego. Pas graniczny stanowią części systematyki i metodyki ćwiczeń cielesnych, oparte bezpośrednio na wynikach badań naukowych. Tu znów napotykamy źródło wielu powodzeń i niepowodzeń w wychowaniu fizycznem. Jak w wielu innych działach pracy ludzkiej, tkwiących swemi korzeniami w dorobku wiedzy nowoczesnej, tak i tu sukces zależy w wysokim stopniu od ciągłego i ścisłego kontaktu teoretyka z praktykiem. Na małą skalę, już w szkole średniej mamy przykład takiej współpracy: wszak lekarz szkolny powinien być (acz, jak dotąd, bardzo rzadko bywa) teoretykiem, powołanym do stałego współdziałania z praktykiem-wychowawcą fizycznym. Wyższy i szerszy teren tego rodzaju kooperacji znajdujemy w Instytutach i Studjach, poświęconych kształceniu wychowawców naszego działu. Lecz i tu bardzo rzadko udało mi się widzieć zespół jako tako zbliżony do ideału. Co gorsza, tu i owdzie natrafiamy na stosunki, dające przykład zupełnego braku współpracy, co niweczy znaczną część wyników, bez względu na świetnie nieraz dopisujące inne warunki.

Przyczyną mogą być błędy w organizacji uczelni. Zdarza się więc (Kopenhaga) podział nauczania między dwa odrębne, niezależne od siebie zakłady — teorja w uniwersytecie, praktyka zaś poza jego obrębem. Albo, w granicach jednej instytucji, dział naukowy nie ma, lub ma minimalny wpływ na kształtowanie metod w dziale praktycznym (Paryż-Joinville). Lecz i przy najbardziej celowej organizacji, wiele i niełatwych postulatów muszą spełnić tak teoretycy, jak praktycy grona nauczycielskiego. Wśród nich zwróćmy uwagę bodaj na jeden — najważniejszy. Oto naukowiec winien być przynajmniej na tyle obeznany z boiskiem i salą gimnastyczną, a wychowawca z laboratorjum i bibljoteką, by i jeden i drugi wyszedł poza stadjum zarozumiałości dyletanckiej. Obaj niech mają za sobą sposobność przekonania się, jak słabo orjentują się w dziedzinie sąsiedniej i jak wiele każdy z nich ma do skorzystania od swego

kolegi. Przytem, lwia część wzajemnego oddziaływania przybierze, z natury rzeczy, charakter kontroli, a częstokroć nawet hamulca. I tak, uczony zaszczepi praktykowi wątpliwości co do walorów tego, czy innego ćwiczenia, lub zgoła doradzi mu eliminować je zupełnie. Naodwrót, wychowawca, na podstawie codziennej obserwacji, wysunie zastrzeżenia przeciw teorji, zbudowanej na małej ilości faktów, zdobytych w sztucznych warunkach laboratoryjnych. Lecz nie wolno nam zapominać o niemniej doniosłej roli pozytywnej — wzajemnej pobudki, czy ostrogi. Praktyka wystąpi wobec teorji z pytaniami, które ją najbardziej niepokoją — i nieraz otrzyma bodaj częściową odpowiedź. Nauka znów zapłodni twórczość wychowawców, wskazując im kierunki, w jakich pragnęłaby uzupełnienia skarbca materjału ćwiczebnego.

Żeśmy dziś, nawet w najlepszych środowiskach, przeważnie dalecy od nakreślonego ideału, przypisać trzeba także faktowi, że dopiero przyszłe pokolenia będą widzieć pożądane wyrównanie obu czynników omawianych pod względem stopnia kultury intelektualnej. Zbyt znaczna część najwybitniejszych praktyków naszej dziedziny nie posiada studjów uniwersyteckich, a nawet braki w wykształceniu średniem nie są tu bynajmniej rzadkie. W takich warunkach nie dziw, że często nie może być mowy o wymianie myśli między przedstawicielem nauki a praktykiem niedouczonym, reprezentującym, w najlepszym razie, typ utalentowanego i doświadczonego rzemieślnika, nie pojmującego wogóle, co to znaczy myśleć, obserwować, a zwłaszcza wątpić... Cóż za wspaniałe horyzonty otworzą się jednak przed przyszłym wychowawcą naszej dziedziny, który będzie mógł korzystać z podobnie owocnej współpracy z teoretykami, jaką dziś się cieszy np. chirurg, gdy pomysł nowej operacji omawia z anatomem, fizjologiem, czy rentgenologiem. Tacy praktycy wzniosą się niebawem na poziom dzisiejszych najlepszych chirurgów, internistów, czy profesorów hodowli roślin, lub bydła. Wówczas nic nie będzie stało na przeszkodzie takiemu ich zrównaniu z naukowcami-teoretykami, jakie już nastąpiło w fakultetach medycznych, rolniczo-leśnych, czy w politechnikach.

Ale czas przejść na inny odcinek granicy. Przypominamy, że zaczęliśmy od królowej nauk — filozofji, od niej zaś, przez psychologję, dostaliśmy się do pedagogiki, a wreszcie do prak-

tycznych działów kultury cielesnej. Wróćmy teraz do filozofji i spojrzyjmy, czy, prócz psychologji, nie kryje ona pod swe skrzydła innych odłamów wiedzy humanistycznej, potrzebnych na fundamenta dla teorji wychowania fizycznego. I w istocie, znajdujemy ich tam kilka. Jest to przedewszystkiem historja, niezbędna dla każdej gałęzi wiedzy, gdy chcemy rozpatrzeć się w jej początkach i rozwoju, by tem słuszniej ocenić jej stan dzisiejszy i widoki na przyszłość. Wychowanie, zwłaszcza fizyczne, ma jednak i swoją prehistorję — w swoich mniej świadomych formach (samowychowanie drogą zabawy) sięga napewno do zarania rodu ludzkiego. Co więcej, w myśl teorji ewolucji, mamy prawo iść jeszcze dalej wstecz, ku światu zwierzęcemu. Tu więc byłoby już pierwsze połączenie z naukami biologicznemi; później do nich wrócimy.

Młoda, żywiołowo rozwijająca się socjologja czeka jeszcze na opracowanie swego stosunku do naszych zagadnień. Tyle wszakże już dziś da się przewidzieć, że wychowanie fizyczne, jako obfitujące w oddziaływania wzajemne grup na jednostki i odwrotnie (drużyny sportowe, zastępy harcerskie i t. p.), obiecuje bogaty plon badaczowi-socjologowi i wzamian wiele od niego się spodziewa. Etnologja znów dostarcza mnóstwa danych, dotyczących ustalenia ćwiczeń cielesnych przez tradycję i ich skojarzenia z całością kultury plemienia, czy narodu, oraz powstawania tą drogą mniej lub więcej rodzimych zespołów tych ćwiczeń. Wraz ze zdobyczami historji i antropologji, powinnyby te dane stać się podstawą naukową wychowania fizycznego narodowego. Antropologja ustala typy rasowe i konstytucyjne, badając właściwą każdemu z nich sprawność fizyczną i psychiczną i dając w ten sposób możność ich odrębnego traktowania wychowawczego. Dodajmy, że te dwa ostatnie kierunki badań posuwają się naprzód głównie dzięki pracom polskim, wychodzącym ze Studjum Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn.

Antropologja leży na pograniczu między humanistyką a naukami biologicznemi, do których zbliżamy się już drugi raz, natrafiając nadewszystko starszą siostrzycę antropologji — anatomię. Jej rola jako nauki podstawowej dla naszej gałęzi wiedzy jest nadto dobrze znana, by trzeba było tu nad nią się rozwodzić. Mniej utarty jest postulat utworzenia anatomji sto-

sowanej do naszych potrzeb, mimo, iż postawiono go już dość dawno, a choćby szereg prac Rosjanina L e s h a f t a i jego uczniów dowiodły, jak wiele możnaby w tym kierunku zrobić.

Najmniej bodaj wypadałoby się dziś uskarżać na niedocenianie f i z j o l o g j i jako podwaliny naszej nauki. Rola jej nieodrazu mogła się zaznaczyć należycie. Fakty, czerpane prawie wyłącznie z wiwisekcyj na zwierzętach, dawały przez czas długi zaledwie możność wnioskowania *per analogiam* o człowieku, a i to tylko o pewnych zasadniczych właściwościach funkcyj jego różnych organów. Dopiero genjalne metody E. M a r e y a, A. M o s s o'y i innych, dozwoliły badać z dużym stopniem ścisłości funkcje człowieka bezpośrednio. I nie było zapewne dziełem przypadku, że właśnie ci sami uczeni położyli kamień węgielny pod nowoczesną fizjologję ćwiczeń cielesnych. Przeciwnie — można stwierdzić, że jednym z motywów, który tych badaczy skłonił do przejścia od świnek morskich i królików do człowieka, było silne zainteresowanie zagadnieniami fizjologji ruchów i ćwiczeń cielesnych. Wykryto wybitne zmiany, jakim działalność całego szeregu narządów naszego ustroju podlega w następstwie tych ćwiczeń. Zmiany to naogół korzystne — lecz, w pewnych razach (zbyt wielkie natężenie, złe warunki zewnętrzne) mogą się obrócić na szkodę. Rozwinęła się więc, obok fizjologji — i p a t o l o g j a stosowana do potrzeb naszego działu. A przedewszystkiem h i g j e n a, zajęta ustaleniem norm, któreby dozwalały wychowankowi z zabiegów wychowania fizycznego odnieść *maximum* korzyści zdrowotnych, nie narażając go na działania ujemne.

Fizjologja, patologja i higjena wychowania fizycznego sąsiadują z działami tychże samych nauk, przystosowanemi do potrzeb innych dziedzin. Najpierw, spotykamy się tu z h i g j e n ą s z k o l n ą (lub wychowawczą), połączoną z naszym działem najściślejszem przymierzem. Ograniczając do możliwego *minimum* działanie szkodliwych czynników życia szkolnego, staje się ona konieczną podstawą, na której może się należycie rozwinąć wychowanie fizyczne i stać się potężnym bodźcem normalnego rozwoju młodych pokoleń. Codzienna współpraca lekarza szkolnego z wychowawcą fizycznym jest terenem działania owego przymierza, pojętego jak najszerzej: obaj

muszą być i higjenistami i wychowawcami, by wynik pożądany nie zawiódł.

Ale oto inne jeszcze sąsiedztwo: fizjologja i higjena sportu, w skrócie znana jako higjena sportu. Dział nauki młody, pełen werwy i rozmachu, dzięki dzisiejszej modzie sportowej znany szerokiemu ogółowi znacznie więcej, niż cicho, bez rozgłosu pracująca teorja wychowania fizycznego. Ogół też, skłonny do identyfikacji wychowania fizycznego ze sportem, tem bardziej nie potrafi odróżnić od siebie ich teoretycznych podwalin. Co gorsza, nawet u sfer decydujących o losach wychowania fizycznego, takie pomieszanie pojęć nie należy do rzadkości. Spróbujmy zatem rzecz pokrótce wyjaśnić.

Sport jest pojęciem tak wieloznacznem, że, chcąc niem operować z jaką taką ścisłością, trzeba dodać za każdym razem odpowiedni przymiotnik. Pewne postacie sportu nadają się do zastosowań wychowawczych i te należą, jako część integralna, do wychowania fizycznego, pod nazwą sportu wychowawczego. Ludzie dorośli natomiast najczęściej uprawiają sport dla rozrywki (rzadziej uświadamiają sobie jego cel zdrowotny) — będzie to zatem sport zdrowotno-rozrywkowy, lub krótko rozrywkowy. Wreszcie, pewna część oddaje mu się dla ambicji osiągnięcia wybitnych wyników: sport zawodniczy, lub widowiskowy. I tu zaraz trzeba dodać, że w pojęciu szerokich warstw dzisiejszego społeczeństwa, tylko ta ostatnia gałąź sportu jest sportem prawdziwym, o niej bowiem codzień głosi służebna reklama dziennikarska, jej adepci dochodzą do sławy, a nierzadko, porzuciwszy swe nieraz wątpliwe amatorstwo — i do majątku...

Niepodobna się dziwić, że te stosunki odbijają się też na higjenie sportu i na jej znawcach — lekarzach sportowych. Minimalna zaledwie ich część — zwłaszcza ci, którzy pracują zarazem w charakterze lekarzy szkolnych — zajmuje się zagadnieniami wychowawczemi. Częstsze już nierównie są zainteresowania higjeniczno-społeczne, w związku z udzielaniem porad lekarskich ludziom, uprawniającym sport rozrywkowy. Najwięcej jednak pociąga sport widowiskowy: tam i lekarz ambitny najrychlej doczeka się rozgłosu; tam będą jego pomocy wzywać wszyscy ci, co w zwycięstwie tych, lub owych barw na boisku widzą zdarzenie doniosłości historycznej. Tam wreszcie

podąży coraz częstszy teraz typ lekarza-sportowca, szczerze roznamiętnionego szansami „asów", dającemi się najlepiej wykryć w gabinecie lekarskim i poprawić fachową poradą.

Jak dalece ten ostatni typ zaczyna przeważać nad innemi, dowodem najbardziej bodaj jaskrawym charakter kongresów międzynarodowych przed- i powojennych, poświęconych szeregowi dziedzin pokrewnych, któremi właśnie się zajmujemy. Przed wojną światową organizowano dwa rodzaje takich zjazdów: kongresy higjeny szkolnej i kongresy wychowania fizycznego — oba cieszyły się dużem powodzeniem i dały plon obfity. Po wojnie, pomieszanie pojęć zrobiło swoje. Wychowanie fizyczne występuje już tylko jako dodatek do sportu (o higjenie szkolnej zapomniano!) i wraz z nim znajduje schronienie pod skrzydłami Olimpjad.

Duch czasu? Może; lecz taki, z którym trzeba walczyć. Lekarze sportowi — nawet ci od sportów zawodniczych — są potrzebni. Lecz nadewszystko trzeba nam znawców teorji wychowania fizycznego, znawców jak najbardziej zbliżających się swemi kwalifikacjami do ideału wszechstronności. Przeważający dziś typ lekarza sportowego jest bardzo daleki od ich zastąpienia, a to głównie z dwóch powodów. Po pierwsze, obce mu są zagadnienia wychowawcze. Po drugie, stosunek jego do sportu jest zgoła różny od tego, jaki obowiązuje teoretyków wobec wychowania fizycznego. On jest w służbie sportu, pomagając zawodnikowi do osiągnięcia rekordu rychlej i pewniej. Teoretyk zaś wytycza drogi naszego działu wychowania, jest jego kierownikiem — nie sługą. Każdy z tych powodów sam dla siebie wystarcza, by utrudnić w znacznym stopniu porozumienie między tak różnemi typami specjalistów. To też prof. L i n d h a r d z Kopenhagi, bezsprzecznie dziś pierwszy wśród teoretyków wychowania fizycznego, świeci nieobecnością na zjazdach olimpijskich.

Niewiele już pozostało do omówienia. T e r a p j a styka się, w niektórych swoich działach, tak z teorją, jak z praktyką wychowania fizycznego. Należą tu przedewszystkiem gimnastyka lecznicza, masaż, zastosowanie lecznicze kąpieli, światła, powietrza. Wszystkie one już nieraz dostarczyły cennych uzupełnień skarbca środków wychowania fizycznego, lub wyjaśniły sposób ich działania. Wszak nie jest przypadkiem, że jedyny racjonal-

ny system naszej dziedziny, zawdzięczamy w znacznej mierze ścisłemu związkowi z lecznictwem ruchowem, a w Szwecji to połączenie trwa bez przerwy od czasów P. H. Linga. I ten obszar zatem nie może dziś pozostać obcym dla wychowawcy fizycznego.

Eugenika, zwana także higjeną rasy, zdąża, podobnie jak wychowanie, do udoskonalenia człowieka. Gdy jednak wychowanie bierze w swą opiekę młodociane indywiduum ludzkie wraz z jego wadami wrodzonemi, których część tylko da się usunąć, czy zmniejszyć — eugenika troszczy się o to, by na świat przychodziło jak najwięcej istot ludzkich, dobrze od natury uposażonych. Celowe kojarzenie małżeństw, poparcie najdzielniejszych jednostek, umożliwiające im wydanie potomstwa — te i inne środki, dotąd przeważnie pozostające u nas w dziedzinie teorji niestety: oto rozszerzenie idei przewodniej wychowania fizycznego poza obręb życia jednostki. Zasada bowiem niedziedziczenia cech nabytych, stanowi dla wychowawcy granicę nieprzekraczalną.

Dr. Karol Stojanowski,
docent Uniw. Pozn.

Przyczynek do analizy sprawności fizycznej.

(Z laboratorjum antropometrji stosowanej Studjum Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn.)

Przyczynek niniejszy jest jednym z etapów urzeczywistniania programu badań laboratorjum antropometrji stosowanej Studjum Wychowania Fizycznego U. P. Część wyników publikowanych obecnie, stanowiła treść wiadomości tymczasowej[1]), drukowanej swego czasu w Wychowaniu Fizycznem. W artykule niniejszym daję szczegółowe opracowanie zagadnienia, w celu zademonstrowania metody analizy sprawności fizycznej.

W pierwszym swoim[2]) artykule na temat sprawności fizycznej, ująłem zagadnienie pod rasowym kątem widzenia. Wynikiem tego ujęcia było stwierdzenie, że sprawność fizyczna jest cechą wybitnie rasową. Niemniej wysuwa się pozatem problem

---

[1]) Stojanowski K. Typy sprawności fizycznej a typy rasowe. Wychowanie Fizyczne 1927, z. 11, str. 265—266.

[2]) Stojanowski K. Przyczynki do zróżnicowania rasowego młodzieży polskiej. Harcmistrz, Warszawa 1924, nr. 11 i 12.

zanalizowania sprawności fizycznej samej w sobie. Celem tej analizy jest wyodrębnienie i opis stałych typów sprawności fizycznej, o ile takowe istnieją. Potrzeba ta nasuwa się nie tylko ze względów natury teoretycznej, ale także i ze względów praktycznych. Chodziłoby tu mianowicie o stwierdzenie czy i o ile stosowane przez wychowawców fizycznych dla celów indywidualizacji ćwiczeń systemy podziału materjału ćwiczącego na grupy są racjonalne. Istota tego zagadnienia streszcza się do pytania czy stosowane podziały zbliżają się do podziału naturalnego, ideału wszelkiej klasyfikacji.

Materjału do pracy dostarczył wyższy kurs nauczycielski w Poznaniu prowadzony przez p. dyr. Kilarskiego. Próbę sprawności fizycznej przeprowadził p. kpt. Szuszkiewicz, próbę zaś dynamometryczną przeprowadziłem osobiście. Zarówno wyczyny sportowe, jak też i próby dynamometryczne ujmuję nazwą sprawności fizycznej. Tabela I-sza przedstawia dane indywidualne całej podanej serji. Do zanalizowania powyższej serji użyłem metody podobieństw Czekanowskiego[3]), demonstrowanej już poprzednio w „Wychowaniu Fizycznem" przy sposobności dyskusji konstytucjonalnej[4]).

Wyniki tej analizy przedstawia tabela (II) współczynników współzależności oraz ich graficzne przedstawienie[5]). Widzimy z niego na pierwszy rzut oka, że badana serja rozpadła się na dwie grupy. Przy bliższem jednak wpatrzeniu się, możemy łatwo stwierdzić, że grupę drugą można podzielić na dwie podgrupy, a zatem cała serja rozpada się na trzy grupy. Do grupy pierwszej należą bez żadnej wątpliwości osobniki następujące: 2, 1, 25, 4, 5, 18, 10 i 15. Z nich też obliczam średnią grupy pierwszej. Zaliczyć też do niej można osobniki 8 i 21, podczas gdy osobnik 6 należy raczej do grupy drugiej, jakkolwiek nie uwzględniłem go przy obliczeniu średnich. W skład drugiej grupy zaliczyłem następujących badanych: 9, 16, 28, 11,

---

[3]) Czekanowski J. Metoda podobieństwa w zastosowaniu do badań psychometrycznych. Badania psychologiczne, III. Lwów 1926. Wydawnictwo Polskiego Towarzystwa Filozoficznego.

[4]) Stojanowski K. Próba analizy konstytucjonalnej. Wychowanie Fizyczne 1928, z. 7—8.

[5]) W diagramie powyższym przeprowadzono następujące znakowanie: 1) liczby 1,000 — + 0,600 polami czarnemi, 2) liczby + 0,599 — + 0,400 polami o trzech kreskach, 3) liczby + 0,399 — + 0,200 polami o dwóch kreskach, 4) liczby + 0,199 + 0,050 polami o jednej kresce.

TABELA I.

Zestawienie próby sprawności fizycznej.

Liczba porządkowa badanego	2	1	25	4	5	18	10	15	8	21	6	9	16
Dynamometr, zginacze palców r. praw. w kg.	43	44	43	50	48	44	42	49	44	44	41	35	35
„ „ „ r. lewej w kg.	39	41	40	44	40	38	31	43	38	37	38	30	29
„ mięśnie łopatkowe w kg	100	122	90	130	102	80	89	70	90	82	95	88	75
„ mięśnie grzbietu w kg	165	155	180	170	180	175	165	185	135	140	130	146	155
Bieg na 100 m w sek	14,8	14,5	14,6	13,0	13,2	14,2	15,0	14,5	14,8	14,6	15,0	13,8	14,6
Wspinanie się po linie 5 m w sek.	11,0	9,0	7,6	8,0	10,2	10,6	12,0	9,0	14,0	8,2	8,3	8,4	10,0
Skok wzwyż w metrach	1,20	1,30	1,20	1,30	1,30	1,20	1,05	1,25	1,15	1,15	1,15	1,20	1,10
Skok wdal w metrach	4,18	4,61	4,18	4,49	4,75	4,32	3,65	4,16	3,74	3,96	3,85	4,14	3,72
Rzut granatą 800 gr lewą ręką w metrach	25,0	25,0	25,0	24,0	25,0	25,0	20,0	27,0	25,0	26,5	14,0	20,0	22,0
„ „ „ prawą ręką „	28,0	41,5	43,0	41,0	43,0	52,5	40,0	36,5	39,1	35,5	34,0	27,0	36,0
Bieg na 800 m w min.	2,89	2,58	2,93	2,75	2,75	2,81	3,45	2,85	3,33	3,18	3,25	3,17	3,03

Liczba porządkowa badanego	28	11	12	26	27	22	7	20	3	13	17	24
Dynamometr, zginacze palców r. praw. w kg.	33	33	33	37	35	34	39	40	40	49	44	46
„ „ „ r. lewej w kg.	38	32	25	32	32	30	40	37	38	39	46	40
„ mięśnie łopatkowe w kg	105	75	70	83	70	80	80	70	80	80	85	100
„ mięśnie grzbietu w kg	125	110	125	120	121	135	130	140	170	150	175	145
Bieg na 100 m w sek.	14,0	14,6	13,3	15,0	14,6	14,8	14,0	14,4	16,7	15,4	14,2	16,4
Wspinanie się po linie 5 m w sek.	7,0	10,0	8,2	19,4	7,2	12,6	11,6	15,8	13,2	30,0	14,6	13,9
Skok wzwyż w metrach	1,40	1,15	1,25	1,05	1,10	1,15	1,20	1,20	1,00	1,00	1,00	1,00
Skok wdal w metrach	4,35	3,80	3,82	3,77	3,85	3,77	3,73	3,84	3,35	3,51	3,56	3,47
Rzut granatem 800 gr lewą ręką w metrach	22,0	25,5	24,0	16,5	20,0	23,0	17,5	22,0	25,0	25,0	24,0	19,0
„ „ „ prawą ręką „	48,0	31,5	30,0	29,0	36,0	32,0	35,0	34,0	30,0	33,0	28,0	22,0
Bieg na 800 m w min.	2,73	2,80	3,05	3,32	2,98	2,95	3,08	3,23	3,20	3,13	2,96	3,43

serji.

	27	22	7	20	3	13	17	24
2	1,0287	—0,523	—0,525	—0,537	+0,382	+0,091	+0,400	+0,127
1	+0,3547	—0,805	—0,254	—0,768	—0,300	—0,327	—0,027	—0,009
25	+0,5455	—1,022	—0,182	—0,668	—0,046	—0,190	+0,091	—0,245
4	+0,6432	—0,859	—0,382	—0,722	—0,309	—0,195	+0,136	+0,836
5	+0,4653	—0,909	—0,432	—0,818	—0,336	—0,305	+0,041	—0,132
18	+0,1214	—0,396	—0,082	—0,168	+0,164	+0,136	+0,355	—0,545
10	+0,0409	—0,455	—0,450	—0,664	—0,223	—0,123	—0,123	—0,023
15	+0,3241	—0,059	0	—0,141	+0,300	+0,367	+0,136	—0,055
8	—0,2265	—0,027	+0,195	0	—0,550	—0,023	—0,250	—0,249
21	—0,1332	—0,041	+0,383	+0,032	—0,095	+0,118	—0,118	—0,145
6	+0,0653	—0,909	—0,432	—0,818	—0,427	—0,305	+0,041	—0,132
9	+0,1373	+0,327	—0,437	—0,140	—0,136	—0,432	—0,373	+0,155
16	—0,7705	+0,555	+0,045	+0,150	—0,018	—0,268	—0,446	—0,573
28	—0,1314	—0,014	+0,264	—0,068	—0,664	+0,118	—0,596	+0,084
11	—0,5927	+0,800	+0,286	+0,509	+0,101	—0,150	—0,395	—0,341
12	—0,6868	+0,732	+0,255	—0,536	+0,009	—0,214	—0,356	—0,182
26	—0,5614	+0,650	+0,318	+0,586	—0,073	+0,182	—0,190	+0,488
27	—0,2000	+0,710	+0,159	+0,591	+0,232	—0,028	—0,168	—0,123
22	—0,5710	1,000	+0,532	+0,673	+0,350	+0,209	—0,066	—0,141
7	—0,5159	+0,532	1,000	+0,741	+0,045	+0,318	+0,100	+0,091
20	—0,5591	+0,673	+0,741	1,000	+0,281	+0,473	+0,623	+0,168
3	+0,3232	+0,350	+0,045	+0,281	1,000	+0,577	+0,627	—0,300
13	+0,0028	+0,209	+0,318	+0,473	+0,577	1,000	+0,845	+0,300
17	+0,4168	—0,066	+0,100	+0,623	+0,627	+0.845	1,000	+0,173
24	+0,1123	—0,141	+0,091	+0,168	+0,300	+0,300	+0,173	1,000

TABELA II.

Współczynniki współzależności ujmujące podobieństwa wszystkich osobników serji.

	2	1	25	4	5	18	10	15	8	21	6	9	16	28	11	12	26	27	22	7	20	3	13	17	24
2	1,000	+0,382	+0,554	+0,611	+0,463	+0,182	+0,032	+0,382	—0,245	—0,137	+0,082	+0,186	—0,727	—0,166	—0,541	—0,600	—0,582	—0,287	—0,523	—0,525	—0,537	+0,382	+0,091	+0,400	+0,127
1	+0,382	1,000	+0,925	+0,954	+0,959	+0,463	+0,459	+0,427	+0,221	+0,313	+0,063	—0,073	—0,600	+0,191	—0,705	—0,782	—0,084	—0,547	—0,805	—0,254	—0,768	—0,300	—0,327	—0,027	—0,009
25	+0,554	+0,925	1,000	+0,836	+0,886	+0,664	+0,400	+0,141	+0,141	+0,009	+0,886	—0,336	—0,355	+0,273	—0,722	—0,755	—0,068	—0,455	—1,022	—0,182	—0,668	—0,046	—0,190	+0,091	—0,245
4	+0,611	+0,954	+0,836	1,000	+0,955	+0,455	+0,414	+0,473	+0,223	—0,046	+0,059	—0,073	—0,645	+0,168	—0,568	—0,785	—0,736	—0,432	—0,859	—0,382	—0,722	—0,309	—0,195	+0,136	+0,836
5	+0,463	+0,959	+0,886	+0,955	1,000	+0,567	+0,491	+0,495	+0,164	—0,105	—0,132	—0,150	—0,559	+0,123	—0,880	—0,823	—0,942	—0,653	—0,909	—0,432	—0,818	—0,336	—0,305	+0,041	—0,132
18	+0,182	+0,463	+0,664	+0,455	+0,567	1,000	+0,214	+0,464	—0,024	+0,373	+0,567	—0,573	+0,036	—0,300	—0,380	—0,318	—0,745	—0,214	—0,396	—0,082	—0,168	+0,164	+0,136	+0,355	—0,545
10	+0,032	+0,459	+0,400	+0,414	+0,491	+0,214	1,000	+0,050	+0,245	—0,359	+0,491	—0,050	—0,031	—0,150	—0,545	—0,559	—0,218	—0,409	—0,455	—0,450	—0,664	—0,223	—0,123	—0,123	—0,023
15	+0,382	+0,427	+0,141	+0,473	+0,495	+0,464	+0,050	1,000	—0,114	+0,827	+0,495	—0,573	+0.100	—0,045	—0,380	—0,282	—0,227	+0,241	—0,059	0	—0,141	+0,300	+0,367	+0,136	—0,055
8	—0,245	+0,221	+0,141	+0,223	+0,164	—0,024	+0,245	—0,114	1,000	+0,405	+0,164	—0,532	—0,095	+0,232	—0,391	—0,359	—0,114	—0,265	—0,027	+0,195	0	—0,550	—0,023	—0,250	—0,249
21	—0,137	+0,313	+0,009	—0,046	—0,105	+0,373	—0,359	+0,827	+0,405	1,000	—0,105	—0,555	+0,327	+0,009	+0,205	+0,155	—0,181	+0,332	—0,041	+0,383	+0,032	—0,095	+0,118	—0,118	—0,145
6	+0,082	+0,063	+0,886	+0,059	—0,132	+0,567	+0,491	+0,495	+0,164	—0,105	1,000	—0,150	—0,559	+0,123	—0,880	—0,823	—0,942	—0,653	—0,909	—0,432	—0,818	—0,427	—0,305	+0,041	—0,132
9	+0,186	—0,073	—0,336	—0,073	—0,150	—0,573	—0,050	—0,573	—0,532	—0,555	—0,150	1,000	—0,046	+0,200	+0,305	+0,345	+0,300	+0,373	+0,327	—0,437	—0,140	—0,136	—0,432	—0,373	+0,155
16	—0,727	—0,600	—0,355	—0,645	—0,559	+0,036	—0,031	+0,100	—0,095	+0,327	—0,559	—0,046	1,000	+0,118	+0,768	+0,718	+0,345	+0,705	+0,555	+0,045	+0,150	—0,018	—0,268	—0,446	—0,573
28	—0,166	+0,191	+0,273	+0,168	+0,123	—0,300	—0,150	—0,045	+0,232	+0,009	+0,123	+0,200	+0,118	1,000	+0,114	+0,064	+0,045	+0,314	—0,014	+0,264	—0,068	—0,664	+0,118	—0,596	+0,084
11	—0,541	—0,705	—0,722	—0,568	—0,880	—0,380	—0,545	—0,380	—0,391	+0,205	—0,880	+0,305	+0,768	+0,114	1,000	+0,923	+0,668	+0,927	+0,800	+0,286	+0,509	+0,101	—0,150	—0,395	—0,341
12	—0,600	—0,782	—0,755	—0,785	—0,823	—0,318	—0,559	—0,282	—0,359	+0,155	—0,823	+0,345	+0,718	+0,064	+0,923	1,000	+0,609	+0,868	+0,732	+0,255	—0,536	+0,009	—0,214	—0,356	—0,182
26	—0,582	—0,084	—0,068	—0,736	—0,942	—0,745	—0,218	—0,227	—0,114	—0,181	—0,942	+0,300	+0,345	+0,045	+0,668	+0,609	1,000	+0,614	+0,650	+0,318	+0,586	—0,073	+0,182	—0,190	+0,488
27	—0,287	—0,547	—0,455	—0,432	—0,653	—0,214	—0,409	+0,241	—0,265	+0,332	—0,653	+0,373	+0,705	+0,314	+0,927	+0,868	+0,614	1,000	+0,710	+0,159	+0,591	+0,232	—0,028	—0,168	—0,123
22	—0,523	—0,805	—1,022	—0,859	—0,909	—0,396	—0,455	—0,059	—0,027	—0,041	—0,909	+0,327	+0,555	—0,014	+0,800	+0,732	+0,650	+0,710	1,000	+0,532	+0,673	+0,350	+0,209	—0,066	—0,141
7	—0,525	—0,254	—0,182	—0.382	—0,432	—0,082	—0,450	0	+0,195	+0,383	—0,432	—0,437	+0,045	+0,264	+0,286	+0,255	+0,318	+0,159	+0,532	1,000	+0,741	+0,045	+0,318	+0,100	+0,091
20	—0,537	—0,768	—0,668	—0,722	—0,818	—0,168	—0,664	—0,141	0	+0,032	—0,818	—0,140	+0,150	—0,068	+0,509	—0,536	+0,586	+0,591	+0,673	+0,741	1,000	+0,281	+0,473	+0,623	+0,168
3	+0,382	—0,300	—0,046	—0,309	—0,336	+0,164	—0,223	+0,300	—0,550	—0,095	—0,427	—0,136	—0,018	—0,664	+0,101	+0,009	—0,073	+0.232	+0,350	+0,045	+0,281	1,000	+0,577	+0,627	—0,300
13	+0,091	—0,327	—0,190	—0,195	—0,305	+0,136	—0,123	+0,367	—0,023	+0,118	—0,305	—0,432	—0,268	+0,118	—0,150	—0,214	+0.182	—0,028	+0,209	+0,318	+0,473	+0,577	1,000	+0,845	+0,300
17	+0,400	—0,027	+0,091	+0,136	+0,041	+0,355	—0,123	+0,136	—0,250	—0,118	+0,041	—0,373	—0.446	—0,596	—0,395	—0,356	—0,190	—0,168	—0,066	+0,100	+0,623	+0,627	+0.845	1,000	+0,173
24	+0,127	—0,009	—0,245	+0,836	—0,132	—0,545	—0,023	—0,055	+0,249	—0,145	—0,132	+0,155	—0,573	+0,084	—0,341	—0,182	+0.482	—0,123	—0,141	+0,091	+0,168	+0,300	+0,300	+0,173	1,000



Przedstawienie graficzne współczynników współzależności.

12, 26, 27, 22, 7 i 20. Osobniki 3, 13, 17 i 24 zaliczyłem do grupy III-ciej.

Przypatrzmy się teraz, jak wyglądają powyżej wyróżnione grupy w świetle średnich wyczynów. Średnie te przedstawia tabela III. Średnie dwu pierwszych grup dają bardzo jasny

TABELA III.

Średnie grup sprawności fizycznej.

Cechy.	Średnia całej serji	Gr. I.	Gr. II.	Gr. III.
Dynamometr, zginacze palców r. prawej w kg	41,0	45,6	35,4	45,08
" " " r. lewej w kg	36,7	39,5	32,5	40,00
" mięśnie łopatkowe w kg . . .	87,3	97,0	79,6	86,07
" mięśnie grzbietu w kg	148,5	172,0	139,7	160,0
Bieg na 100 m. w sek.	14,5	14,2	14,2	15.8
Wspinanie się po linie w sek.	11,5	9,7	11,0	17,9
Skok wzwyż w metrach	1,16	1,20	1,18	1,0
Skok wdal w metrach	3,94	4,29	3,78	3,4
Rzut granatem 800 gr lewą ręką w metrach	22,7	24,5	21,0	23,2
" " " prawą ręką "	35,1	40,6	34,4	28,2
Bieg na 800 m w min.	3,03	2,88	3,05	3,1

i prawidłowy obraz. W grupie pierwszej zebrały się elementy silniejsze zarówno pod względem nacisku dynamometrycznego, jak też bardziej sprawne, w grupie zaś drugiej znalazły miejsce elementy słabsze tak pod względem nacisku dynamometrycz-

nego jak też pod względem wyczynów sprawnościowych. Można zwłaszcza obserwować wielkie różnice między obiema pierwszemi grupami w próbach dynamometrycznych. Tak samo zachodzą dość duże różnice pomiędzy obu grupami w wyczynach, służących do scharakteryzowania sprawności fizycznej. Jedynie w biegu na 100 m obie grupy nie różnią się między sobą całkowicie, a w skoku wzwyż różnice są stosunkowo bardzo małe. Zupełnie inaczej przedstawia się grupa III-cia. Pod względem dynamometrycznym jest to grupa bezwarunkowo silna, jakkolwiek nieco słabsza od grupy pierwszej. Osobniki tej grupy wyróżniają się natomiast najmniejszą sprawnością fizyczną. Zużywają oni najwięcej czasu na bieg i wdrapywanie się na linę, najgorzej skaczą tak wdal jak i wzwyż, oraz najsłabiej rzucają granatem.

Jak widzimy zatem wyróżniliśmy w wyniku analizy trzy odrębne grupy sprawności fizycznej. U dwóch pierwszych grup zarysowuje się bardzo wyraźnie korelacja pomiędzy siłą a sprawnością fizyczną. W grupie pierwszej bowiem obserwujemy elementy silniejsze i sprawniejsze, a w grupie drugiej elementy słabsze i mniej sprawne. Trzecią grupę charakteryzuje pewna rozbieżność siły, ujmowanej przez pomiary dynamometryczne oraz sprawności fizycznej. Wytłumaczenie trzeciej grupy znajdujemy w średnich wieku poszczególnych grup. Średnia wieku grupy pierwszej wynosi 26,5 lat, grupy drugiej 26 lat a grupy trzeciej 33,5. Przyczyną zatem wyżej opisanego wyglądu grupy trzeciej jest jej stosunkowo starszy wiek.

Jak zatem widzimy, analiza metodą podobieństw dała niezmiernie subtelne i ciekawe wyniki. Wyniki te zdążają do wysunięcia podziału w każdej serji równego mniej więcej wieku na dwa naturalne typy sprawności fizycznej t. j. silniejszych i słabszych. Wyniki te mają wartość nietylko teoretyczną ale także praktyczną. Jeśliby bowiem w dalszych badaniach stwierdzono istnienie tylko dwu typów sprawności fizycznej to należałoby do tego wyniku dostosować sposoby podziału na zespoły ćwiczebne przy indywidualizacji ćwiczeń cielesnych.

Analiza omawianej serji doprowadziła zatem do następujących wyników:

1) Metodę podobieństwa można zastosować do analizy sprawności fizycznej. 2) W wyniku analizy omawianej serji

otrzymaliśmy trzy grupy sprawności fizycznej. Jedna z nich została uwarunkowana starszym wiekiem osobników składających się na nią. Dwie pozostałe reprezentują przy mniej więcej równym wieku dwa typy sprawności fizycznej t. z. silniejszych i słabszych.

Dr P. Klamrzyński, lek szk.
Państw. sem. naucz., Białystok.

Sprawność fizyczna a budowa ciała.

Sprawność fizyczna jest to umiejętne władanie narządami ruchu i zmysłów. Wyniki sprawności wtenczas tylko będą dobre, organizm wtenczas tylko osiągnie *maximum* usprawnienia, jeżeli zdoła wydobyć z siebie jak najwięcej energji pod względem fizjologicznym i psychologicznym i potrafi ją w chwili odpowiedniej umiejętnie wykorzystać. Z pośród najróżnorodniejszych przyczyn, wpływających na sprawność fizyczną a polegających na systematycznych, umiejętnie prowadzonych, opartych na zasadzie indywidualizacji ćwiczeniach cielesnych, bardzo ważną rolę odgrywają pewne wrodzone właściwości organizmu. Szczególne więc zainteresowanie wzbudza sprawa wpływu na sprawność fizyczną czynników, składających się na rozwój fizyczny, mianowicie wzrostu, odżywienia, proporcyj ciała, typu budowy, stanu mięśni, systemu nerwowego, organów zmysłowych, funkcji serca, płuc i t. d. Wszystko zdaje się przemawiać za tem, że między temi rzeczami istnieje związek przyczynowy; chodzi o uchwycenie go, o stwierdzenie, czy istnieją i w jakim stopniu stosunki korelacyjne pomiędzy konstytucją cielesną a uzdolnieniem do rozmaitych odmian wysiłku mięśniowego czyli do poszczególnych konkurencyj lekkoatletycznych, składających się na sprawność fizyczną. Zagadnienie to zasługuje na poważne i skrupulatne zbadanie.

W tym celu badałem i określiłem sprawność fizyczną oraz konstytucję cielesną 126 uczniów Państw. Seminarjum Nauczycielskiego w Białymstoku. Niewielki materjał, jakim rozporządzałem, bynajmniej nie daje ostatecznego rozwiązania tego zagadnienia; miałem jedynie na celu chęć podzielenia się swojemi spostrzeżeniami.

Dla określenia sprawności fizycznej wybrałem 5 zasadniczych konkurencyj: 1. bieg krótki, 2. skok w dal, 3. rzut kulą, 4. rzut oszczepem, 5. skok wzwyż z rozbiegu. Konkurencje te w zupełności charakteryzują sprawność fizyczną, dając pojęcie o wyrobieniu ucznia pod względem siły, zręczności i szybkości. Próbę wytrzymałości (np. bieg średni i dłuższy) wykluczałem zupełnie, ponieważ zdaniem mojem w szkołach średnich, ze względu na stosunkowo młody wiek uczniów i w związku z tem nieustaloną jeszcze siłę serca, żadnych prób wytrzymałości stosować nie należy.

Wszystkie konkurencje wykonane były pod kierownictwem fachowem (pana kierownika wychowania fizycznego) a następnie zmierzony był stopień wywiązania się z danej konkurencji według niżej podanej tabeli sprawności fizycznej.

Ocena sprawności fizycznej dla poszczególnych lat (wiek fizjologiczny) w stopniach.

				stopnie:					rekordy:	
			wiek:	1.	2.	3.	4.	5.	polski	świat.
Próba szybkości	bieg krótki	100 mtr.	21—34	17''	15.5''	14''	12,2''	11''	10,9''	10.4
			19—29	17,2	16	15-14	14 13	13-12		
		60 mtr.	17—18	12	10,5	9	7 5	6		
			15—16	13	11,5	10	8,5	7		
	skok wdal		21—34	3	3,5	4	5	6	7.25	8,15
			19—20	2.7	3,20	3,70	4 80	5,70		
			17—18	2,50	3	3,50	4,70	5,50		
			15—16	2,40	2,90	3,40	4,60	5,40		
Próby siły (zręczności i zwinności)	rzut kulą	7,25 kilo	21—34	6,5	7	7,5	8,5	10,5	13,18	15,65
			19—20	6	6,5	7	8	10		
		5 kilo	17—18	6,5	7	7,5	8,5	10,5		
			15—16	6	6,5	7	8	10		
	rzut oszczepem	800,0	21—34	20	25	30	37	45	57	69
			19—20	15	20	25	32	40		
		600,0	17—18	15	20	25	32	40		
			15—16	13	18	23	30	38		
Próba zręczności	skok wzwyż z rozbiegu		21—34	110	120	130	150	160	186	212
			19—20	105	115	125	145	155		
			17—18	100	110	120	140	150		
			15—16	95	105	115	135	145		

Każda z konkurencyj oceniona jest w 4-ch kategorjach lat (oczywiście fizjologicznych, zawodniczych): 15-16, 17-18, 19-20 i 21-34. Prócz tego, ażeby próby dawały miarę stopnia wysiłku, ułożyłem całkowity plan prób sprawności fizycznej, oceniając każdy stopień czynności raczej wysiłku pewną liczbą wartościującą, co umożliwia uszeregowanie wszystkich badanych według jakości wywiązania się z danej konkurencji. Na podkreślenie zasługuje prócz tego ta okoliczność, że wyniki każdej z poszczególnych konkurencyj są wykładnikiem pewnych właściwości,

pewnych wrodzonych zdolności badanego ucznia do wykazania bądź swojej siły, bądź zręczności, czy też szybkości; a więc dzięki temu wiem jednocześnie, jaką cechę fizjologiczną badam zapomocą danej konkurencji. Wreszcie co do stopni zastosowanych w tabeli: ocena wyników sprawności fizycznej w pięcioznacznej skali być może wprowadza pewną dowolność, praktycznie jednak takie stopniowanie ma w szkole duże zalety, dając możność porównywania oraz łączenia wyników różnych konkurencyj, a co najważniejsze, pozwala śledzić, czy uczeń robi i w jakim stopniu postępy w sprawności i rozwoju fizycznym. Rzecz prosta, że uzyskany stopień nie ma wartości absolutnej, ma raczej oznaczać ocenę względną w porównaniu z przeciętną oceną sprawności fizycznej młodzieży tego samego wieku fizjologicznego. Wynik, otrzymany przez połączenie wszystkich ocen częściowo uzyskanych przy wykonaniu 5-ciu konkurencyj da pewną liczbę, którą można wyrazić bądź procentowo, bądź w punktach.

Zestawienia poszczególnych konkurencyj lekko-atletycznych, składających się na sprawność fizyczną z rozwojem fizycznym i stanem zdrowia, względnie czynnikami, warunkującemi rozwój i zdrowie wyrażone są procentowo w znaczeniu dodatniem na każdym z 6-ciu kursów.

Zestawienie 1.

kurs:	wstępny	I	II	III	IV	V
ilość spostrzeżeń:	11	23	29	27	21	15
Rzut oszczepem (szybkość, siła, zręczność)	18,1	30,4	41,3	66 6	76,1	66,6
Budowa ciała wg. Mayeta i Pirqueta . .	72,7	73 9	72,5	70.3	80,9	66,6
Napięcie mięśni wg. Tandlera	54,5	56.5	79,3	85.1	90,4	80,0
Ostrość wzroku	63.6	73,9	79,3	74,0	80,9	73,3

Zestawienie 2.

Rzut kulą (siła)	27,3	21,7	72,5	74.0	57,1	40,0
Budowa ciała wg. Sigaud'a i Mac Auliffe'a (oddechowy, atlet. i traw.)	54.5	39.1	62,0	62,9	57.1	46.6
Normalnie funkcjonujący system nerwowy	91,0	61.6	79,3	81,4	47,6	60,0

Zestawienie 3.

	wstępny	I	II	III	IV	V
Skok w dal (szybkość, siła)	72,7	73,9	89,6	92.5	95,2	93,3
Skok wzwyż (zręczność)	27 3	17,3	44.8	48.1	61,9	53,3
Długolinijni	72,7	65,3	58,7	70,3	76,1	66,6
Sporty uprawiają z zamiłowaniem . . .	36,3	56,5	68,9	71,7	90,4	80,0

Zestawienie 4.

Bieg (szybkość) krótki	9,0	17 3	27,5	77,7	57,1	60,0
Obwód klatki piersiowej norm.	63,6	56,5	52,7	59,2	47,6	40,0
Próba Flack'a	54,5	39,1	44,8	67,8	56,5	60,0
Dobry stan zdrowia	36,3	65,3	68,9	88,8	71,4	53,3
Wiek fizjolog. przyspieszony w stosunku do wieku chron.	27,3	39,1	34,4	44,4	38,1	6,6

Zestawienie 5.

Sprawność fizyczna	54,5	34,7	55,2	62,9	66,6	60,0
Dobry stan odżywiania wg. Pirquet'a . .	72,7	69,5	75,8	82,1	73,9	60,0
Dobry rozwój fizyczny	63,6	52,1	72,5	81,4	66,6	46,9
Uczniowie zdolni (zdolność wrodzona) .	91,0	30,4	85,7	85,1	90,4	73,3
Dobre postępy w naukach	81,9	69,6	71,7	85,1	80,9	73 3

Poniżej streszczam wnioski, wynikające z powyższych zestawień, ujmując je w pewne tezy:

Ad zestaw. 1. Rzut oszczepem wymaga dobrze rozwiniętego systemu mięśniowego, oraz dobrej budowy ciała (wg. Mayeta i Pirqueta). Dobra funkcja wzroku jako organu, kontrolującego koordynację ruchów odgrywa tu również pewną rolę.

Ad zestaw. 2. Uczniowie o budowie ciała oddechowej, atletycznej a nawet trawiennej mają najwięcej danych dla osiągnięcia najlepszych wyników w rzucie kulą. Dobre funkcjonowanie systemu nerwowego również ma tu pewne znaczenie.

Ad zestaw. 3. Najlepsze wyniki w skokach osiągnęli uczniowie długolinijni, t. j. tacy, których wzrost przekracza normy, ustalone dla danego wieku, oraz ci uczniowie, którzy z zamiłowaniem uprawiają rozmaite sporty.

Ad zestaw. 4. Bieg wymaga dobrze rozwiniętej klatki piersiowej tak pod względem anatomicznym (w stosunku do wzrostu) jak i fizjologicznym (próba Flack'a), oraz dobrego stanu zdrowia. Wiek fizjologiczny, przyśpieszony w stosunku do wieku chronologicznego, również sprzyja osiągnięciu lepszych wyników w tej konkurencyj.

Ad zestaw. 5. Dobry stan odżywiania (wg. Pirquet'a) i dobry rozwój fizyczny wywierają największy wpływ na sprawność fizyczną. Zestawienie zdolności umysłowych (wrodzonych) i dostatecznych, ewent. dobrych postępów w nauce ze sprawnością fizyczną wykazuje na istnienie ścisłej współzależności pomiędzy rozwojem umysłowym i fizycznym. Postępy w naukach,

oraz zdolności uczniów wykazałem na podstawie spostrzeżeń i opinji pp. wychowawców poszczególnych kursów.

Prócz tych wniosków czysto teoretycznych, dane dotyczące sprawności fizycznej i umysłowej pozwalają stwierdzić kilka faktów, mających bardzo ważne znaczenie praktyczne a mianowicie: kurs. I pod wszystkiemi względami przedstawia się wprost fatalnie, w niektórych razach gorzej nawet od kursu wstępnego; jest to zresztą zjawisko przypadkowe, ponieważ tak na kursie wstępnym, który w bieżącym roku szkolnym został otwarty, jak i na kursie I-ym są uczniowie nowoprzybyli, zupełnie niewyrobieni fizycznie i umysłowo. W stosunku do kursu I-go, to można postawić mu następującą prognozę: albo będzie on zdziesiątkowany w najbliższym czasie, albo poziom jego pod względem fizycznym i intelektualnym podniesie się do poziomu innych kursów. Okoliczność, że wogóle sprawność fizyczna na tych pierwszych kursach jest bardzo zła, tłumaczy się tem, że dopiero na następnych 2-ch kursach, II i III-im usprawnienie osobiste prowadzi się systematycznie, aby osiągnąć *maximum* usprawnienia na kursie III. Kursy zaś IV i V przeznaczone są na teoretyczne przygotowanie nauczyciela ćwiczeń cielesnych, przytem sprawność fizyczna może być tylko podtrzymywana.

Następnie stwierdzić wypada w stosunku do poszczególnych konkurencyj, że badana młodzież bardzo dobrze skacze wdal, natomiast bardzo źle skacze wzwyż; być może fakt ten jest w związku z pewnemi właściwościami budowy ciała: obserwacja młodzieży, wynikająca z danych o rozwoju fizycznym, podanych w powyższych zestawieniach daje prawo w następujący sposób scharakteryzować tę młodzież: jest ona stosunkowo dobrze odżywiona, również elastyczność klatki piersiowej jest zupełnie dobra, nieco gorzej przedstawia się jej wzrost a najgorzej obwód klatki piersiowej.

Z danych tych wynikałoby bardzo ważne wskazanie praktyczne dla p. kierownika wychowania fiz.: przy ćwiczeniach cielesnych w b. roku szkolnym największy nacisk położyć na rozwój klatki piersiowej, oraz wskazanie dla lekarza szkolnego pilnie badać stan płuc.

Wreszcie należy zaznaczyć, że przeszło $^4/_5$ badanej młodzieży (105 t. j. 81,3%) należy do grupy β (presłowiański typ

antropologiczny), co być może jest w związku ze stosunkowo niezłą ich sprawnością fizyczną.

W poruszonych wyżej zagadnieniach, dotyczących stosunku sprawności fizycznej do konstytucji cielesnej nie rozporządzamy jeszcze wynikami ostatecznemi. Sprawa ta jest zaledwie w okresie, wprawdzie początkowych, ale intensywnych badań. Jednakże wpływ czynników składających się na rozwój fizyczny, nie może ulegać wątpliwości. Przy selekcji jednostek, uzdolnionych do poszczególnych działów sportu, stale winniśmy uwzględniać ważną rolę, jaką w tych sprawach odgrywa konstytucja cielesna. Dopiero dalsze badania będą mogły rolę tę należycie sprecyzować.

OCENY KSIĄŻEK.

Budowa terenów i urządzeń sportowych. Praca zbiorowa pod red. płk. dr. W. Osmólskiego i H. Jeziorowskiego. Warszawa (Gł. Księg. Wojsk.) 1928. Str. XXXV + 566 w. 8-ki, ilustr.

Pierwsze obszerne dzieło polskie o tak doniosłym przedmiocie, to zjawisko pierwszorzędnej wagi. I jeśli mówimy tu o niem z paromiesięcznem opóźnieniem, a nadto w formie oceny redakcyjnej, bez podpisu, wymaga to wyjaśnienia. Otóż daremnemi okazały się nasze wysiłki celem uzyskania recenzji pióra któregokolwiek z nielicznych fachowców budownictwa sportowego. Poprzestajemy zatem na poniższych, z konieczności nieco luźnych uwagach, udzielonych nam uprzejmie przez ekspertów poszczególnych działów ćwiczeń ciała. Niema dwóch zdań co do wielkiej korzyści, jaką adepci polskiej architektury sportowej będą czerpali z tego dzieła. Wyczerpujący wszystkie ważniejsze zagadnienia tekst i bogaty a doborowy naogół materjał ilustracyjny, idą o lepsze, by informować wszechstronnie i szczegółowo. Ustanie zatem szukanie odnośnej wiedzy wyłącznie w literaturze obcej, co nam nie przynosiło zaszczytu.

Po przedmowie ppłk. S. G. Ulrycha, nadającej książce pewną cechę półoficjalną, ppłk. dr. Osmólski daje obszerny i pełen polotu wstęp, omawiając historję tego działu budownictwa. Odtąd przez większą część dzieła (291 str.) towarzyszy nam stale inż. dr. Cz. Kłoś, jedna z najbardziej znanych powag naszych na tem polu, traktując kolejno (po kilku stronicach uwag ogólnych): sale ćwiczebne, boiska sportowe, korty tenisowe, kąpieliska i pływalnie, oraz tory kolarskie, motocyklowe i samochodowe. Rozdział o kąpieliskach i pływalniach doznał opracowania nad wyraz poważnego, odpowiadającego naszym olbrzymim w tym dziale zaniedbaniom, lecz również żywiołowej przeciw nim reakcji, tak u społeczeństwa, jak u władz.

Obozy letnie (instr. Y. M. C. A., P. Kuźnicki) potraktowano może zbyt pobieżnie. Prócz stałych budynków, należało, zdaje się nam, uwzględnić namioty i podać wskazówki co do wyboru ich typów, rozmieszczenia, budowy, utrzymania. Domy wycieczkowe i schroniska turystyczne omawiają z wielkiem znawstwem dr. M. Orłowicz i inż. S. Makarczyk. Tory saneczkowe i bobsleighowe — St. Fächer. Strzelnice — płk. S. G. Wł. Pieniążek. Tory do zawodów konnych — rtm. L. Kon. Ujeżdżalnie kryte — inż. Cz. Kłoś. Ogrody Jordanowskie — W. Prażmowska, zużytkowując, między innemi, bogaty materjał spostrzeżeń ze Stanów Zjed-

noczonych. Przystanie i baseny wioślarskie — inż. A. L o t h. Budowę skoczni narciarskich — kpt. R. L o t e c z k a.

Powróćmy jednak do działów podstawowych: sal i boisk dla gimnastyki i gier, które wymagają pewnych uwag krytycznych. I tak, w rozdziale o salach gimnastycznych, autor stwierdza podaną bibljografją, że oparł się wyłącznie na źródłach niemieckich i amerykańskich. W Polsce, gdzie od lat czterdziestu blisko nauczyliśmy się korzystać z pierwowzorów skandynawskich, nietrudno było je odnaleźć, nietylko w bibljotekach, lecz i w wykonaniu praktycznem dla towarzystw i szkół. A jednak znajdujemy w podręczniku tylko tyle skandynawszczyzny, ile jej w Niemczech powszechnie się przyjęło. Odbija się to np. na tabelce (zresztą cennej), unaoczniającej zalety i wady różnych podłóg sali gimnastycznej: oddano tam wielkie pochwały konstrukcji z klepek dębowych, unikanej na Północy z powodu zbytniej twardości, a zignorowano możność dobrego zastosowania drzewa miękkiego. Tak samo i najlepszy z przyrządów skandynawskich — tram — nie doczekał się ilustracji. Niemcy go nie cenią. Dotyczy to i krat, mało w Niemczech popularnych. Natomiast wdzięczni możemy być autorowi za pierwsze — o ile wiemy — wprowadzenie do naszej literatury wzorów budownictwa amerykańskiego. W niektórych jego oryginalnych szczegółach nie zawadzi zapewne próba naśladownictwa, o ile względy finansowe nie staną na przeszkodzie (rozkład pomieszczeń, galerja-bieżnia, etc.).

Można było zgóry spodziewać się, iż dział boisk sportowych i stadjonów opracowany będzie ze szczególną troskliwością. Tak jest w istocie, i jeżeli tu możemy znów mieć pretensje do autora, to z racji jego widocznie małego zaznajomienia się z grami drużynowemi. Polskiej literatury przedmiotu prawie nie zna, zaś z obcej korzysta nieumiejętnie. Nie wie, że *soccer* to skrót nazwy *Association football*, a zatem przyjętej u nas powszechnie piłki nożnej — i robi zeń osobną grę. Niemiecki *Handball* tłumaczy na „dłoniówkę" (co jest synonimem „siatkówki" — ignorując przyjęte u nas gry pokrewne (p. ręczna, szczypiorniak, nożna polska). Zamiast palanta polskiego, daje nam niemiecki i amerykański *(baseball)*. Wskrzesza bez potrzeby zarzuconą u nas niemiecką piłkę uszatą. Poza tem — zgoła niepotrzebnie wkracza na pole historji starożytnej (omówionej już obszernie przez d-ra O s m ó l s k i e g o) i daje nam dwa rysunki (str. 100 i 101) równie błędnie objaśnione. *Altis* w Olimpji — miejsce kultu religijnego, nazywa „coś w rodzaju rynku sportowego". Dalej reprodukuje jeden z teatrów starogreckich, każąc czytelnikowi wierzyć, że to stadjon.

Miejmy nadzieję, że drugie wydanie (którego z całego serca życzymy temu dziełu) ustrzeże się tych usterek i pozwoli zaletom podręcznika zajaśnieć w pełnym blasku.

Kpt. P r o c h o w s k i, por.-lek. G r o d z k i i Tad. P a c z k o w s k i. **Hockey na lodzie.** Historja — zasady gry — ekwipunek — przepisy i regulaminy — organizacja P. Z. H. Poznań 1929 r. Str. 40 w 16-ce, ilustr.

Jest to pierwsze dziełko polskie o hokeju na lodzie, ujmujące nietylko przepisy, ale i historję, ekwipunek i higjenę. Ostatni rozwój hokeja w kraju i osiągnięte rezultaty poza granicami Państwa, uczyniły tę grę bardzo popularną w okresie zimowym. Dziełko to daje doskonałe wskazówki o zakupie i konserwowaniu ekwipunku oraz sposoby organizowania i przeprowadzenia zawodów. Same przepisy są bardzo zwięźle i przejrzyście podane. Czytelnik nietylko zapozna się tu z przepisami gry i sposobem ich przeprowadzania, ale również z historją i wynikami, osiągniętemi w kraju i zagranicą. Szkoda wielka, że autorzy pominęli milczeniem sposób treningu, oraz nie ujawnili ogólnych zasad taktyki gry, odgrywającej ogromną rolę. Książeczka ta powinna się znaleźć w rękach każdego sportowca, uprawiającego łyżwiarstwo, i tem samem stać się czynnikiem, rozpowszechniającym tę piękną gałąź sportów zimowych.

Kpt. M i e r z e j e w s k i, instr. C. S. W. W. F.

W. Junosza-Dąbrowski. **Co każdy o boksie wiedzieć powinien?** Bibljoteczka sportowa nr. 2. Warszawa (Główna Księgarnia Wojskowa) 1928. Str. 40 w 16-ce.

Z książeczką tą powinien zapoznać się każdy, kogo sport interesuje. Autor słusznie podkreśla we wstępie, że przestudjowanie tej książeczki nie wystarczy, by stać się mistrzem, daje ona natomiast zasady walki, treningu i t. d. Zapoznanie się z prawidłami daje możność nawet laikowi krytycznego patrzenia się na zawody. Opisy techniczne są bardzo zwięzłe i jasne, i oddadzą duże usługi początkującym bokserom, a zwłaszcza samoukom. Jest to już drugie dziełko z zakresu boksu (Boks — kpt. Baran), które daje wyczerpujące wskazówki o najważniejszych elementach walki i obrony. Szkoda tylko, że autor, mający ogromną rutynę w nauczaniu, nie podał szczegółowego programu zaprawy, o której sam mówi, że jest najważniejszym czynnikiem do uzyskania wytrzymałości, zwinnności i siły w walce. Dziełko zaopatrzone jest w fotografje, ilustrujące zasoby techniki bokserskiej. Kpt. Mierzejewski, instr. C. S. W. W. F.

„Wierchy" Rocznik poświęcony górom i góralszczyźnie. Rok szósty, Kraków 1928, organ Pol. Tow. Tatrzańskiego. Str. 214, w. 8-ki, ilustr.

Z okazji 10-tej rocznicy odzyskania niepodległości Pol. Tow. Tatrzańskie poświęca szósty tom „Wierchów" pamięci Podhalan poległych w walkach wolnościowych, umieszczając na wstępie dedykację gen. Andrzeja Galicy.

Pod względem wszechstronności treści najnowszy tom w niczem nie ustępuje poprzednim; składają się na nią, oprócz mniejszych artykułów, rozprawa historyczna p. t. „Stan badań nad osadnictwem Podhalan" St. Kupczyńskiego; barwne skreślenie samotnego wejścia zimowego na ruby z doliny Hlińskiej K. Zaremby; pierwszy dokładniejszy opis w literaturze turystycznej interesujących wspinaczek w Bubniskach w Skolskich Karpatach R. Kordysa; „wspomnienia z Gorganów" M. Nunberga, przedstawiające wrażenia z wycieczki na cały szereg ciekawych a dość rzadko zwiedzanych szczytów w tej odludnej części Karpat; wreszcie studjum o życiu roślinnem na najwyższych szczytach tatrzańskich B. Pawłowskiego. Gwarą góralską napisany jest szkic H. Josta „ Wturniach"; oraz doskonały wiersz M. Pawlikowskiego „Na Pęksów brzyzek". Ulubionym swoim stronom — „Szczytom Skolskim" poświęca M. Wolska piękne wiersze. Interesujący jest przedruk listu pisanego przez Wład. Matlakowskiego do swego przyjaciela Z. Kramsztyka. Charakteryzuje on znakomicie niepospolitą postać tego przedwcześnie zmarłego lekarza - artysty i warunki powstania jego nadzwyczaj cennej pracy, p. t. „Zdobnictwo i sprzęt ludu polskiego na Podhalu".

W kronice spotykamy się, poza wspomnieniami pośmiertnemi o śp. Wład. Szajnosze, Lud. Sawickim, Henr. Kunzeku i innych — ze streszczeniem obecnego stanu sprawy utworzenia parków narodowych i usiłowań, podjętych w kierunku ochrony przyrody, pióra W. Goetla; z doskonałym artykułem „z ideologji współczesnego alpinizmu", oraz — jak zwykle — ze sprawozdaniami o bieżących sprawach Pol. Tow. Tatrz., o badaniach naukowych w Tatrach, o turystyce w ubiegłym roku, o rozwoju Zakopanego i t. d.

Zewnętrzna szata „Wierchów" przedstawia się również dodatnio: poza licznemi cynkotypjami w tekście, zdobią rocznik całostronne obrazy, z których może najlepszy i najciekawszy przedstawia szczyt Żabiego Konia z bliska. W roczniku szóstym „Wierchów" znajdzie każdy miłośnik górskiej przyrody interesujące tematy i dokładne informacje o wszystkich aktualnych kwestjach tyczących się dzisiejszego taternictwa. Niestety poczytność „Wierchów" dotychczas zupełnie nie odpowiadała przodującemu stanowisku ich w polskiej literaturze turystycznej i dlatego należy przyklasnąć decyzji P. Tow. Tatrzańskiego, aby powrócić do dawnych trady-

cyj obdzielania swych członków rocznem wydawnictwem, tak jak to było przed wojną z „Pamiętnikiem"; począwszy od roku 1929 wszyscy członkowie Towarzystwa będą otrzymywali „Wierchy" jako oficjalny jego organ, przyczem składka członkowska została podwyższona tylko o 2 zł rocznie.

Dr. T. Smoluchowski.

STRESZCZENIA.

Dr. St. Kopczyński. **Zadania higjenistki szkolnej.** (Kwartalnik „Sprawy szkolne". Warszawa 1928, zesz. 4.)

Główny ciężar pracy podniesienia tężyzny narodu przez zwracanie większej uwagi na jego kulturę fizyczną i szerzenie higjeny pośród szerokich warstw społeczeństwa, spoczywa na szkole, a w szczególności na lekarzach i higjenistkach szkolnych. Na zachodzie Europy od szeregu lat pracują one w Anglji jako *school nurses*, we Francji jako *assistantes d'hygiène scolaire*, w Niemczech zwane *Schulschwestern* i niosą wielką pomoc lekarzom szkolnym w zakresie opieki higjeniczno-lekarskiej na terenie szkoły.

Zadaniem higjenistki jest pomoc lekarzowi w opiece lekarskiej i społeczno-wychowawczej nad dziećmi w szkole i poza szkołą. Obowiązki jej są trudne i odpowiedzialne. Musi pozyskać sobie zaufanie dzieci i ich rodzin, z któremi utrzymuje stały kontakt. Bierze udział w zebraniach rodzicielskich, w obradach grona nauczycielskiego w sprawch higjeny szkolnej i wychowania fizycznego. Pomaga lekarzowi przy wykonywaniu zabiegów lekarskich, a w jego nieobecności sama udziela doraźnej pomocy; w razie podejrzenia choroby zakaźnej zawiadamia lekarza i spełnia jego polecenia. Do niej należy także dbałość o apteczkę szkolną i o czystość w całym budynku szkolnym. Higjenistka szkolna przestrzega stałej temperatury w klasach i przewietrzania w czasie przerw. Czuwa nad higjeną domową ucznia. omawiając wszelkie ważne kwestje tego zakresu z rodzicami. Z polecenia lekarskiego odprowadza dzieci do ambulatorjów klinicznych, poradni, kąpieli, natrysków i współdziała w sprawie dożywiania dzieci, gdy zachodzi tego potrzeba. Roztacza również opiekę nad dziećmi poza szkołą, odwiedzając je w domu, przekonywując rodziców o konieczności zastosowania się do wskazań higjeny. Do obowiązków higjenistki należy ponadto prowadzenie szczegółowego dziennika swych czynności, składania sprawozdań miesięcznych i rocznych z dokładnem wyszczególnieniem nazwy szkoły, stanu jej pomieszczeń, apteczki szkolnej, liczby dzieci zapisanych, zbadanych, odprowadzonych do ambulatorjum, liczby chorób zakaźnych. Zamieszcza również w sprawozdaniach ilość zebrań rodzicielskich, w których brała udział, opis pracy pozaszkolnej, ilość wywiadów domowych i cel ich.

Obowiązki higjenistki — jak z tego widzimy — nie są łatwe, rola jej jest poważna i odpowiedzialna, wymagająca należytego przygotowania i wykształcenia. Studja potrzebne do objęcia tego rodzaju obowiązków powinny obejmować 6 klas szkoły średniej ogólnokształcącej i dwa lata nauki zawodowej, z czego rok pierwszy powinien być poświęcony teoretycznemu poznaniu higjeny i patologji dziecięcej, łącznie z praktyką w klinice chorób dziecięcych, zaznajomieniu się z podstawowemi wiadomościami z anatomji i fizjologji człowieka, wiadomościami o rozwoju fizycznym i umysłowym dziecka, pomocy w nagłych wypadkach, rozpoznawaniu chorób zakaźnych, pielęgnowaniu chorych dzieci.

W drugim roku studjów należałoby zapoznać higjenistkę z jej zadaniami w szkole, z higjeną szkolną i z pracą praktyczną na terenie szkoły pod kierownictwem lekarza. Nauczyłaby się tu badać dzieci i sporządzać indywidualne karty zdrowia.

U nas w Polsce sprawa szkolenia higjenistek jest bardzo zaniedbana. Według dokonanych obliczeń, zapotrzebowanie higjenistek szkolnych sięga

poważnej liczby 4 tysięcy, podczas gdy dotąd mamy w kraju dopiero około 150 higjenistek. Z tego część zaledwie posiada właściwe przygotowanie. Skutkiem takiego stanu rzeczy znaczna część szkół w Polsce jest pozbawiona wogóle opieki higjenistek, lub też doznaje niewystarczającej opieki. Szczególnie dzieci i młodzież szkolna po wsiach jest upośledzona pod tym względem, bo — jak statystyka wykazuje — na terenie szkół wiejskich w Polsce pracują zaledwie 4 higjenistki. W szkołach samorządowych miejskich sprawa przedstawia się nie lepiej.

Należałoby więc w jak najszybszym czasie zmienić obecny stan rzeczy. W działalności tej pozostają do spełnienia trzy zadania. Pierwszem jest konieczność stworzenia większej ilości wzorowych szkół przygotowawczych, gdzie możnaby wyszkolić szeregi fachowych higjenistek, oraz ufundowania stypendjów przez szkoły samorządowe i gminy, w celu ułatwienia studjów adeptkom nowo założonych szkół. Powtóre należałoby utworzyć kilkumiesięczne kursy dokształcające dla higjenistek, nie posiadających wystarczającego przygotowania do swego zawodu. Wkońcu, niemniej ważną kwestją jest sprawa uposażenia higjenistek i uregulowania ich stanowiska społecznego. Pomyślne załatwienie tej sprawy niewątpliwie spowoduje większe zainteresowanie się zawodem higjenistki wśród społeczeństwa naszego, a w dalszem następstwie zwiększenie się liczby kandydatek do tego za[wodu].

M. Stobiec[k]a.

Ustawy i rozporządzenia węgierskie, dotyczące wychowania fizycznego. Budapeszt (wyd. nakł. rząd., w jęz. niemieckim) 1927, str. 46.

Ustawa z roku 1921 określa stanowisko gminy i miasta do wychowania fizycznego. Są one obowiązane wspierać wychowanie fizyczne przez dostarczanie i utrzymywanie odpowiednich boisk, przez użyczanie dla celów wychowania fizycznego potrzebnych terenów, urządzanie kąpielisk, pływalni i t. d. Jeżeli w danej gminie lub mieście jest brak odpowiednich obszarów, a z wolnej ręki kupić nie można, przysługuje wtedy gminie lub miastu prawo wywłaszczenia. Na wywłaszczenie zezwala minister handlu w porozumieniu z ministrem oświecenia. Każda fabryka czy też przedsiębiorstwo, zatrudniające najmniej 1000 pracowników, ma obowiązek starać się o zaspokojenie ich potrzeb wychowania fizycznego przez stwarzanie boisk, kąpielisk i sal gimnastycznych, a o ile fabryka położona jest w górach, ma organizować sport zimowy. Fabrycznych sal gimnastycznych nie wolno używać do zebrań politycznych lub organizacyj robotniczych, mają one służyć wyłącznie celom wychowania fizycznego.

Wychowanie fizyczne w szkołach. Młodzież, uczęszczająca do jakiegokolwiek zakładu naukowego, podlega obowiązującym w danym zakładzie przepisom wychowania fizycznego. Plan naukowy wychowania fizycznego ma być ułożony odpowiednio dla rodzaju szkoły i klasy przez Radę Krajową Wychowania Fizycznego. Składa się ona z ludzi kompetentnych, są to lekarze, nauczyciele i sportowcy. Rada krajowa działa na polu wychowania fizycznego zgodnie z ministrem oświecenia. Jej zadaniem jest kontrolowanie celowego zużycia kwot, przeznaczonych dla inwestycyj wychowania fizycznego w szkołach i towarzystwach sportowych. Każdy dyrektor szkoły winien dbać tak o wychowanie fizyczne, jak o jakikolwiek inny przedmiot nauczania. Dyrektorzy szkół państwowych (z wyjątkiem powszechnych) są obowiązani przedkładać Ministrowi Oświecenia stan i wyposażenie gimnastyczne swoich zakładów, to znaczy ilość sal, boisk, przyrządów i przyborów gimnastycznych i sportowych. Tam, gdzie pojedyncza szkoła nie może odpowiedzieć nawet minimalnym potrzebom wychowania fizycznego, minister oświecenia zezwala na połączenie kilku szkół miejscowych dla tego celu.

W internatach prócz zwykłych ćwiczeń gimnastycznych, młodzież ma przepędzać najmniej godzinę dziennie na grach ruchowych lub pracach ogrodniczych. Opuszczenie lub zaniedbywanie godzin wychowania

fizycznego przez ucznia, ma być traktowane na równi z zaniedbywaniem godzin nauki innych przedmiotów.

Przy końcu roku szkolnego odbywają się popisy sportowe i zawody; celem ich jest wykazanie stanu sprawności fizycznej młodzieży w danej szkole. Popisy te winny wypaść na dzień jakiegoś święta szkolnego, możliwie powinno się je łączyć z jakąś uroczystością narodową.

Podczas wielkich wakacyj młodzież nie podlega przepisom szkolnym, odnoszącym się do wychowania fizycznego, ale wskazanem jest, by dyrektorzy szkół umożliwili młodzieży kontynuowanie ćwiczeń cielesnych, a to przez zapewnienie jej opieki nauczycielskiej i możność korzystania z boiska szkolnego.

Dla zorganizowania obozów letnich i wycieczek zbiorowych, można wejść w kontakt z organizacjami skautowemi, i tylko tam, gdzie to jest niemożliwem, mogą być utworzone towarzystwa zapomogowe, których statuty mają odpowiadać rodzajowi szkoły, a zatwierdza je państwowa władza szkolna, np. inspektor. Dla pomieszczenia uczestników wycieczek, mają bezpłatnie odstępować szkoły państwowe i gminne swoje budynki.

Przed publicznemi zawodami międzyszkolnemi, uczniowie biorący udział winni być badani przez lekarza, na koszt urządzających zawody.

Młodzieży uczącej się nie wolno należeć do związków sportowych dla dorosłych, tylko w wyjątkowych wypadkach może na to zezwolić państwowa władza szkolna.

Rada Krajowa Wychowania Fizycznego, podczas wielkich wakacyj urządza kursy dokształcające dla wychowawców fizycznych szkolnych; każdy z nich jest obowiązany brać udział przynajmniej raz na pięć lat.

W szkolnictwie wyższem ma władza umożliwiać studentom systematyczne uprawianie ćwiczeń cielesnych, przez organizowanie odpowiednich urządzeń i towarzystw.

Osobne paragrafy, dotyczące wychowania fizycznego młodzieży pozaszkolnej.

Każdy młodzieniec, nieuczęszczający do szkoły, w którejby udzielano systematycznie ćwiczeń cielesnych, musi brać udział w kursach wych. fiz., aż do ukończenia pełnych lat 21. Uczęszczanie na kursy dokształcające przy szkołach powszechnych lub do szkół terminatorów kupieckich i przemysłowych nie zwalnia od tych obowiązków. Specjalne rozporządzenie Minist. Oświecenia określą plan nauki, oraz ilość godzin, poszczególnych grup tych kursów pozaszkolnych.

Każda gmina lub miasto mają prowadzić ewidencję młodzieży zobowiązanej do ćwiczeń cielesnych. Po raz pierwszy po wyjściu tej ustawy ma być sporządzony wykaz powszechny młodzieży od 12 roku życia do skończonego 21-go. W następnych latach przeprowadza się spis uzupełniający; ma on obejmować młodzież, która jeszcze do tego roku nie podlegała tym obowiązkom lub z innych powodów nie została wciągnięta.

Ustawa wprowadza kary pieniężne za niewypełnianie obowiązku wychowania fizycznego. Kary te dotyczą rodziców lub opiekunów, którzyby mimo nakazu władzy nie pozwalali lub przeszkadzali małoletnim w uczęszczaniu na ćwiczenia cielesne. Karani też są małoletni, będący na własnem utrzymaniu, a zaniedbujący wychowanie fizyczne. Karze również podlega każdy pracodawca, o ile do trzech miesięcy od dnia ogłoszenia ustawy, nie wypełni obowiązków wychowania fizycznego względem swoich podwładnych. Kary pieniężne są ułożone według skali podatkowej. Kwoty wpływające jako kary tworzą gminny fundusz wychowania fizycznego.

Ustawa zobowiązuje Skarb państwa do przewidzenia wydatków na urządzanie olimpjady i na utrzymanie narodowego stadjonu dla zawodów sportowych w Budapeszcie.

Wychowanie fizyczne młodzieży pozaszkolnej odbywa się przeważnie w towarzystwie „Levente". Statut tego towarzystwa zatwierdza Ministerjum Oświecenia. W jednej miejscowości może powstać kilka takich towarzystw.

Członkostwo towarzystwa „Levente" nie wyklucza należenia do innego patrjotycznego związku sportowego.

Przedsiębiorstwa handlowe lub przemysłowe, zajmujące najmniej stu pracowników, są obowiązane utworzyć nadzwyczajny związek „Levente", podlegający ogólnemu związkowi.

Koszta utrzymania towarzystwa „Levente" w pierwszym rzędzie pokrywa gmina.

Dyrekcje szkół państwowych i gminnych są obowiązane wypożyczać towarzystwu „Levente" swoich sal gimnastycznych oraz przyborów sportowych bezpłatnych, w ten sposób, by wychowanie fizyczne w danej szkole nie ucierpiało z tego powodu.

Prawo nadzoru nad wychowaniem fizycznem w całem państwie wykonje minister oświecenia przez Radę Krajową wychowania Fizycznego, wskutek czego Rada ma prawo kontroli kasowej związków sportowych.

H. Ślączkówna.

Z TOWARZYSTW, INSTYTUCYJ I ZJAZDÓW.

Komisja lekarska Międzynarodowych Zawodów Narciarskich F. I. S.

Zakopane, 5. II.—10. II. 1929.

Badania lekarskie w czasie międzynarodowych zawodów narciarskich w Zakopanem zostały zorganizowane przez Radę Naukową Wychowania Fizycznego, której Komisja Lekarska w porozumieniu z Towarzystwem Lekarskiem w Zakopanem (prezes dr. Morawski, sekretarz dr. Lenartowska) utworzyła Komisję Lekarską Zawodów. Przewodnictwo Komisji objął Szef Departamentu Zdrowia M. S. Wojsk. i wiceprzewodniczący Rady Naukowej Wychowania Fizycznego, gen. bryg. St. Rouppert. Zastępcą przewodniczącego Komisji jest mjr. dr. Wł. Dybowski, natomiast pomoc sanitarną na trasie i przy skokach zorganizował płk. dr. B. Korolewicz, szef sanit. D. O. K. V., z pomocą mjra dr. Mrozowskiego i por. dr. Jurasza. Z pośród członków Rady Naukowej W. F. w skład Komisji wchodzą oprócz wyżej wymienionych jeszcze dr. E. Lewicka i dr. Z. Zabawska-Domosławska. Pozatem do współudziału w badaniach zaproszeni zostali wybitni znawcy tych działów.

Komisja Lekarska pozostaje w ścisłym kontakcie z Zarządem Międzynarodowego Towarzystwa Lekarskiego dla Wych. Fiz. i Sportu. Plan badań został ułożony po porozumieniu się z przewodniczącym drem Knollem (Arosa, Szwajcarja), który poprzedniego roku tak doskonale zorganizował badania w St. Moritz. Zarząd Związku reprezentowany jest przez generalnego sekretarza dra Mallwitza, Berlin, oraz polskiego członka Zarządu dra. Dybowskiego. Prócz dra. Mallwitza licznie odwiedzili Zakopane lekarze czescy, dr. Jonas, dr. Sirl, dr. J. Kral, interniści, i dr. Vich, chirurg. Poza niemi przyjechało jeszcze kilku lekarzy czeskich prywatnie wraz z drużyną czeską zawodników.

Badania obejmują przed zawodami cały szereg działów, po zawodach są znacznie skrócone dla zmęczenia zawodników.

I. *Antropometrja* (prowadzi doc. dr. Mydlarski, Warszawa) zajmuje się pomiarami zawodników i ustaleniem ich typów. Poza miarami fotografje głowy.

II. *Elektrokardjografja* (dr. Rosnowski z pomocą dra. Pieńczykowskiego, Warszawa). Dwa aparaty walczą o stwierdzenie swej przydatności do tego rodzaju badań, amerykański Victora, którego zaletą

jest łatwa przenośność i szybkie ustawienie. Drugi aparat, firmy Siemens i Halske, jest ogromnie czułym galwanometrem cewkowym, również optycznie zapamocą lusterka zapisującym wahania prądów czynnościowych serca. Dla uniknięcia wpływu przypadkowych wstrząśnień na galwanometr, jest on ustawiony na czterech nadętych poduszkach gumowych. Oba aparaty ustawiono w klatkach z siatki drucianej dla uniknięcia wpływów prądów postronnych, które mogłyby zupełnie uniemożliwić badanie.

III. *Badania serca i oddechu.* Dział ten (pod ogólnem kierownictwem dra. Missiuro, Warszawa), rozpada się na kilka części. Badania osłuchowe serca wykonała dr. Lewicka. Pozatem współpracują doc. dr. Szulc, Warszawa z dr. Zabawską-Domosławską i dr. Mazurek, Poznań. Centr. Szkoła Wych. Fiz. bada zawartość bezwodnika węglowego w powietrzu wydechowem.

IV. *Dział Roentgena* prowadzą rentgenolodzy zakopiańscy dr. Lenartowski, dr. Lenartowska i dr. Karwowski, pracując aparatami wojskowemi, z pomocą transformatora, wypożyczonego przez dra. Karwowskiego.

V. *Badania psychotechniczne* czasu reakcji na zachwianie równowagi prowadził na specjalnie w tym celu zbudowanym przyrządzie dr. fil. Zawadzki, Warszawa. Czas ten oznacza się w setnych częściach sekundy, na specjalnym chronometrze d'Arsonvala.

VI. U niektórych zawodników dobrowolnie się do tych badań zgłaszających pobierało się z ucha kilka kropli krwi, którą bada dr. Mozołowski (Lwów), na zawartość cukru metodą Felina: dr. Kaulberz (Kraków), na czas krzepnięcia krwi, oraz dr. Legeżyński i dr. Mikolaszek (Lwów), na zmiany w zawartości ciał odpornościowych. Ostatnią metodę postawił do dyspozycji badających prof. dr. Huntemüller z Giessen, który nie mógł sam przybyć.

VII. Badania kondycji na trasie i na mecie. Pod osobistem przewodnictwem gen. dr. Rouepperta pracują komisje kondycyjne. Jedna na mecie z dr. Mallwitzem i dr. Dybowskim, druga lotna na trasie, drowie Legeżyński i Mikolaszek, który wraz z przydzielonymi sportowcami obserwują styl i formę zawodnika. Poza obserwacją i notowaniami kondycji (A. bardzo dobra, B. zmęczony lecz niezły, C. tak zmęczony, że potrzebuje już pomocy obcej), posługują się komisje kondycyjne także zdjęciami wyrazu twarzy zmęczonego zawodnika aparatami Leitza i kinematografem Pathé.

Po zawodach odpadają zupełnie badania antropometryczne i znaczna część badań serca i oddechu.

Przeprowadzenie badań umożliwiono przez umieszczenie bufetu dla zawodników w sali Sokoła. Ogrzani i nakarmieni zawodnicy zupełnie chętnie poddają się badaniom w doskonałem zrozumieniu ich wartości dla ochrony ich zdrowia przed przemęczeniem. Najcięższe nawet lody, bo skandynawska obojętność dla tego rodzaju badań, zostały przełamane. Po biegu na 50 km zgłosili się Szwedzi sami do lekarza, biorącego krople krwi, by im pobrał krew, gdyż mu to w czasie badania przed zawodami obiecali. Jedyni odporni i niechętni, to Finlandczycy.

Wyniki badań są naturalnie osłonięte tajemnicą lekarską. Tylko w tych wypadkach gdzie stawanie do zawodów mogłoby zawodnikowi zaszkodzić, skreśla go przewodniczący Komisji z listy zawodników. Pozatem informacje uzyskane dostępne są tylko dla samych badanych i dla ich opiekunów, t. zn. lekarzy danych drużyn. Jeżeli dana drużyna niema lekarza, ogólny zarys wyników podaje się trenerowi.

Badania obecnie przeprowadzone stanowią postęp w stosunku do St. Moritz, gdyż są bardziej wszechstronne. Zwłaszcza zaś możliwość zestawienia i porównania wyników czysto lekarsko-naukowych ze sportowemi i ocenami kondycji w kilku miejscach trasy, da znacznie lepszy niż dotąd wgląd w przebieg wysiłku i zmęczenia u zawodników.

Badanie zawodniczek przeprowadziły panie lekarki w sposób nieco skrócony w stosunku do ogólnych badań. Kierownictwo spoczywało w rękach dr. J. Dybowskiej, narciarki, zaproszonej przez Sekcję Kobiecą P. Z. N. Ogólny wynik badań był dla sprawy biegów kobiecych bardzo dobry, gdyż mimo ciężkich warunków, dnia tego zawodniczki uzyskały zupełnie dobre wyniki badań. Niestety nie można tego samego powiedzić o opiece klubów nad swemi członkiniami, gdyż znaczna część zawodniczek nie była dostatecznie zabezpieczona przed mrozem i ciężkiemi warunkami zjazdu.

Poza wymienionymi lekarzami współpracują wymienieni na początku lekarze czescy oraz dr. Obtułowicz i dr. Wojnar z Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie. Interesując się całokształtem badań przechodzą oni wszystkie działy dla zapoznania się z niemi.

Opiece Komisji lekarskiej podlegają także wszystkie stacje odżywcze i bufety. W ogólnem zestawieniu trzeba zauważyć, że zawodnicy z kontynentu (i nasi) jedzą podczas biegu za dużo i zbyt nieostrożnie w stosunku do Skandynawów, postępujących pod tym względem bardzo ściśle wedle ustalonego zgóry planu. (Komunikat.)

Posiedzenie Zarządu Głównego Sekcji Wych. Fizycznego Tow. Naucz. Szkół Średn. i Wyższych.

Warszawa, 2 lutego 1929 r.

Obecni: przewodniczący dr. Drabczyk, prof. dr. Piasecki (Poznań), Figna (Kraków), Dręgiewicz (Lwów), Markowski (Katowice), Francikowski (Warszawa) i Siciński (sekretarz).

Przewodniczący dr. Drabczyk otwiera posiedzenie o godz. 10,30 odczytaniem porządku dziennego. Sekretarz odczytuje protokół z poprzedniego zebrania.

Dr. Drabczyk daje sprawozdanie Prezydjum Głównego, z którego wynika, że w myśl propozycji, dotyczącej podziału pracy i przyjętej na pierwszem posiedzeniu prezesów, Warszawa objęła sprawy najściślej związane z warunkami zawodowej pracy w dziedzinie W. F. i Hig. Szk., korespondencję, uzgadnianie referatów i wniosków, nadsyłanych pisemnie.

1) Na propozycję Komitetu wykonawczego Zarządu Związku Polskich Zw. Sport. z dn. 5. V. 28 r., powołującego do życia Pol. Zw. Stowarzyszeń Wychow. Fizyczn., Prezydjum Główne rozesłało do Okręgów zawiadomienie z prośbą o wypowiedzenie się. Odpowiedź nadesłały tylko Poznań i Kraków. Wobec tego Prez. Gł. dn. 23. VI wysłało odpowiedź Komitetowi Wykonawczemu Z. Z., że zasadniczo popiera sprawę zespolenia, ale z pewnemi zastrzeżeniami.

2) W sprawie przedstawicieli Sek. W. F. i H. Szk. w Komitetach wojewódzkich miejskich i powiatowych, oraz powiększenia mandatów w Komitetach miejskich, osobiste konferencje w Urzędzie Państw. W. F. i P. W. dały w wyniku zupełne porozumienie, o czem Okręgi zostały powiadomione.

3) Prezydjum Gł. wystąpiło do Urzędu Państw. W. F. i P. W. o zasiłek 8.000—10.000 zł. w celu podjęcia akcji jordanowskiej. Urząd Państw. W. F. i P. W. przyrzekł wyasygnować 2.000—3.000 zł., o czem zawiadomiono p. wizytatora Wyrobka w Krakowie.

4) Na starania nasze w sprawie sprowadzenia do Warszawy Bukha odmówiono.

P. Francikowski daje sprawozdanie z Okręgu Warsz. Rozesłano 36 listów do Ośrodków T. N. S. W. w Okr. Warsz., celem zwołania zjazdu i wytworzenia stałego kontaktu; otrzymano tylko 6 odpowiedzi, w których o zjeździe nie było żadnej wzmianki, wobec czego zjazd został zaniechany.

Natomiast Warszawa bierze bardzo czynny udział w życiu Sekcji Wychowania Fizycznego.

Sprawozdanie z Lwowsk. Okr. daje p. Dręgiewicz. W r. 1927 zwołano zjazd, na który stawiło się wraz z lekarzami szkolnymi 180 osób, jednakże członkami Sekcji mogło zostać bardzo niewiele osób. Kuratorjum zorganizowało koło lekarzy szkolnych, a tem samem lekarze wycofali się z pracy w Sekcji. Zorganizowano Komitet Opieki nad młodzieżą, a także szereg kolonij wakacyjnych, oddzielnie męskich i oddzielnie żeńskich, przeważnie leczniczych. Rozważono sprawę zorganizowania młodzieży szkolnej wobec zakazu Ministerstwa należenia do klubów cywilnych, i utworzono grupy młodzieży grającej w siatkówkę, piłkę ręczną i koszykówkę, a tem samem odciągnięto młodzież od piłki nożnej. Członkowie Sekcji uczestniczą w Komitetach wojewódzkich W. F. i P. W. Na terenie Lwowa prawie cała sekcja wchodzi do Komitetu miejskiego. Zorganizowano Święto Sport. młodzieży na terenie Lwowa i w Okręgu. W tym roku rzucono projekt zawodów szkolnych drużynowych. Czas trwania: kwiecień, maj, czerwiec. Kuratorjum akceptowało ten projekt i poleciło go w całym Okręgu.

Z Okręgu Śląskiego daje sprawozdanie p. Markowski. Sekcja istnieje od 1924 r. Zorganizowano kurs dla drużynowych drużyn Jordanowskich, domagano się, ażeby Kuratorjum zorganizowało referat W. F. i H. Sz. i wyznaczyło wizytatora. Urządzono zawody szkolne ogólne, lecz wobec tego, że do tych zawodów stawała mała ilość uczniów, a najlepszych przyciągał do siebie Ośrodek Wych. Fiz., postanowiono urządzać święto sportowe w każdej szkole poszczególnie, by rodzice i koledzy mogli zobaczyć całoroczną pracę. Zebrania członków odbywają się raz na miesiąc. Członków w zarządzie 6-ciu i 1 lekarz. Raz na kwartał odbywają się zebrania z lekcją chłopców lub dziewcząt, lub z referatami i streszczeniami nowych dzieł z W. F. Członków płacących w Sekcji 54. Zorganizowano 14-dniowy kurs dla kierowników zabaw dla dzieci w szkołach.

Z Okręgu Krakowskiego daje sprawozdanie p. Figna, oświadczając, iż czynne są 4 Sekcje: Kraków, Nowy Sącz, Tarnów i Kielce, a z Częstochową nawiązano kontakt. Najbardziej czynna krakowska (44 czł.). Wygłoszono 7 referatów, odbyły się 4 lekcje pokazowe, streszczano nowe prace z zakresu wych. fiz. W projekcie zorganizowanie sekcji w Nowym Targu i Białej. Chciano sprowadzić Bukha, który ofiarował się przyjechać za darmo, lecz wobec tego, że pewne koszta byłyby związane z pobytem jego w Krakowie, zwrócono się o poparcie finansowe do Zarządu Główn. T. N. S. W., który odmówił. Rzucono projekt urządzania kursów dokształcających dla nauczycieli W. F., lecz brak funduszów stanął temu na przeszkodzie.

Sprawozdanie z Okr. Poznańskiego daje prof. Piasecki, nadmieniając, że ten rok zaznaczył się pewnym zastojem z powodu wyjazdu kilku członków Sekcji. Sekcja pracowała w trudnych warunkach, gdyż poza Poznaniem niema żadnego ośrodka, nawet Bydgoszcz nie posiada. Raz na kwartał odbywają się ogólne zebrania z referatami i pokazami, przyczem Kuratorjum bardzo jest pomocne; nadto członkowie Sekcji uczestniczą w tygodniowych posiedzeniach Seminarjum W. F. Uniw. Pozn. Użala się, iż położenie czasopisma „Wych. Fiz." nie jest ustalone z powodu zbyt małego poparcia przez poszczególne Sekcje. Zamiast np. streszczeń z referatów, wypowiedzianych na zebraniach, dają tylko suche dane o przebiegu posiedzeń. Zbyt mała ilość szkół i wychowawców prenumeruje pismo.

W dyskusji nad wszystkiemi sprawozdaniami zabierali kilkakrotnie głos wszyscy członkowie.

P. Dręgiewicz użala się, iż P. W. wkracza w nieswoje atrybucje, prowadzi gimnastykę, wyręczając się sierżantami, którzy mają słabe pojęcie o wych. fiz.

Po dyskusji w sprawie ustalenia prawideł gier dla młodzieży szkolnej, przyjęto wniosek, ażeby wyłonić komisję z T. N. S. W. i nawiązać kontakt

z Państw. Zw. Gier Sportowych, któreby wspólnie opracowały regulamin. Komisję z T. N. S. W. stanowią: prof. Piasecki, wizyt. Wyrobek, płk. Sikorski, p. Gebethnerówna i przedstawiciel ze Śląska.

Uchwalono uprosić Sekcję Lwowską, ażby przysłała postulaty co do P. W. do Zarz. Gł., który je przedstawi czynnikom urzędowym.

Przeprowadzono dyskusję nad reorganizacją studjów wych. fiz., jednakże żadnych uchwał nie powzięto, gdyż rzecz ta wymaga dłuższego omówienia i przygotowania, które powierzono Sekcjom: krakowskiej i poznańskiej.

Wyborów nie przeprowadzono ze względu na bliski Zjazd ogólny T. N. S. W., na którym odbyłoby się zebranie Zarz. Gł. Sekcyj W. F. i P. W., wobec czego prezydjum pozostaje do zjazdu bez zmiany.

Przyjęto następujące wnioski: 1) Wystarać się o zapomogi na urządzenie kursów dokształcających dla nauczycieli wych fiz. — 2) Dążyć do powiększenia ilości godzin gimn. w szkołach zawodowych (dotychczas 1 godzina). — 3) Wyświetlić u czynników miarodajnych, dlaczego niektórzy absolwenci rocznych kursów otrzymują uposażenie na podst. 31 art. a inni 32-go (Śląsk, Kraków, Lwów). — 4) Zawiadywanie inwentarzem gimnastycznym, salą i boiskiem winno być płatne, tak, jak zawiad. gabinetem chemicznym albo bibljoteką. — 5) Poruszyć sprawę podwyższenia składek na gry i zabawy z 4 na 6 zł rocznie, z tem, że żaden z uczniów nie może być zwolniony od tej opłaty.

Przewodniczący zamyka posiedzenie o godz. 14 m. 45.

Sprawozdanie z działania Sekcji Wych. Fiz. i Higjeny Szkolnej Krakowskiego Koła T. N. S. W. za rok 1928.

Sekcja liczyła 44 członków zwyczajnych (wychowawców fizycznych i lekarzy szkolnych). W posiedzeniach brali udział studenci Studjum Wychowania Fiz. U. J. w charakterze gości. Posiedzenia te odbywały się co trzy tygodnie we środy, w lokalu T. N. S. W., Rynek Główny 34 (Pałac Spiski). Odbyto zwyczajnych posiedzeń 12, 1 walne oraz 2 posiedzenia Zarządu.

Na walnem zebraniu dnia 18. X. 1927 r. wybrano prezydjum, w którego skład weszli: kol. J. Figna jako prezes, kol. Biernakiewiczowa — wiceprezes, kol. Hanusiak — sekretarz, kol. Koczurówna — skarbnik, dr. Zakrzewski i kol. Dutkiewicz — członkowie Zarządu; kol. Nitschówna i kol. Sykutowski — jako członkowie Komisji Rewizyjnej.

Działalność Sekcji miała charakter przedewszystkiem naukowy, o czem świadczą liczne referaty i lekcje pokazowe. Nie zaniedbywała również Sekcja spraw zawodowych, zabiegając dokoła stworzenia dla wychowawców fizycznych tego rodzaju warunków, któreby umożliwiły im skuteczną pracę nad wychowaniem fizycznem młodzieży. Na zebraniach Sekcji wygłoszono następujące referaty: 1) „O niektórych błędach w organizacji ćwiczeń cielesnych w szkole" (dnia 8. XI. 1927 r., ref dr. Wisłocka). — 2) „O zakładaniu międzyszkolnych kółek sportowych w związku z okólnikiem Ministerjum W. R. i O. P." (ref. p. Biernakiewiczowa dnia 8. XI. 1927 r. — 3) „O kółkach sportowych młodzieży" (ref. p. Biernakiewiczowa dnia 13. XII. 1927 r.). — 4) „Turystyka szkolna" (ref. p. Sykutowski, dnia 18. I. 1928 r.). — 5) „Problemy gimnastyki leczniczej" (z przeźroczami, ref. p. dr. Wisłocka, dnia 23. II. 1928 r.; zebranie to zaszczycili swoją obecnością p. kurator dr. Kupczyński i p. wizytator Jakóbiec). — 6) „Uwagi na marginesie książki Boigey'a „Manuel scientifique d'éducation physique" (ref. kol. Biernakiewicz, dnia 25. III. 1928 r.). — 7) „Wioślarstwo w szkole" (ref. kol. Leszko, dnia 24. X. 1928 r.).

L e k c j e p o k a z o w e: 1) Dnia 28. III. 1928 r., przeprowadziła kol. K o c z u r ó w n a lekcję pokazową z uczenicami Państw. Gimn. Żeńskiego (wiek 16 lat). — 2) Dnia 5. XII. 1928 r. odbyła się lekcja pokazowa kol. B i e r n a k i e w i c z a ze studentami Studjum Wych. Fiz. U. J. w Krakowie. — 3) Dnia 23. I. 1929 r., przeprowadziła kol. K o c z u r ó w n a lekcję pokazową dla dziewcząt z uczenicami Państw. Gimn. Żeńskiego, metodą E. B j ö r k s t é n. — 4) Na zawodach szkolnych urządził p. wizytator W y r o b e k pokaz gry w palanta, celem zaznajomienia członków Sekcji z tą piękną polską grą.

Nadto postawiła sobie Sekcja za zadanie informowanie członków o obecnym stanie wiedzy fachowej zagranicą, zaprowadzając referaty sprawozdawcze, mające na celu zaznajomienie członków z treścią czy to fachowych artykułów prasy zagranicznej, czy też z próbami rewizji i organizacji metod, stosowanych zagranicą. Przy tej sposobności wspomnieć należy, że 6 członków Sekcji wyjechało podczas wakacyj zagranicę, dzieląc się po przyjeździe wrażeniami z resztą kolegów.

Z e b r a n i e s p r a w o z d a w c z e: 1) Przegląd prasy fachowej szwedzkiej i niemieckiej (ref. kol. M a j ó w n a i kol. T e p p e r). — 2) Przegląd tejże prasy francuskiej i angielskiej (ref. kol. B i e r n a k i e w i c z i kol. B i e r n a k i e w i c z o w a). — 3) Dnia 5. XII. 1928 r. p. wizytator W y r o b e k dał sprawozdanie z kursu wakacyjnego u J. G. T h u l i n a w Lund; — zaś 4) kol. M a j ó w n a z takiegoż kursu u p. E. B j ö r k s t é n.

Z działalności Sekcji na polu zawodowem wymienić należy „Projekt memorjału do Ministerstwa W. R. i O. P.", zawierający postulaty wychowawców fizycznych, tyczące spraw uposażeniowych i zawodowych (dnia 13. XII. 1927 r.), oraz „Postulaty lekarzy szkolnych", opracowane przez p. dr. Z a k r z e w s k i e g o. Memorjały powyższe uchwalono i przesłano do Min. W. R. i O. P. Zebranie to zaszczycił swoją obecnością naczelny wizytator pułkownik Wal. S i k o r s k i, udzielając przy tej sposobności fachowych wskazówek dla członków Sekcji. Podobnież dyskusja nad referatem kol. S y k u t o w s k i e g o p. t. „Turystyka szkolna", zakończona została, na wniosek prelegenta, uchwałą wysłania memorjału w sprawie wycieczek szkolnych do Min. W. R. i O. P.

Poza tem Sekcja przyczyniła się w dużej mierze do utworzenia szkolnej poradni ortopedycznej, istniejącej przy klinice chirurgicznej U. J.

Nadto zajęła się Sekcja organizacją i przeprowadzeniem zawodów szkolnych Kuratorjum O. S. Kraków — za co otrzymała z Kuratorjum podziękowanie.

Kraków, dnia 30 stycznia 1929 r. Sekretarz: Tad. H a n u s i a k.

Z RUCHU ĆWICZEBNEGO.

Żeglarstwo w harcerstwie.

Harcerstwo, rozumiejąc doniosłe znaczenie morza dla Polski, już w zaraniu ruchu żeglarskiego przystąpiło do tworzenia w całym szeregu miejscowości drużyn żeglarskich.

Programy prób harcerskich i sprawności, wymagające między innemi umiejętności pływania i wiosłowania, dają gwarancję, że młodzież harcerska da sobie radę nietylko na wędrówkach rzecznych, ale i na morzu. Oczywiście, że praca przygotowawcza do pierwszych wystąpień na wodzie musi być prowadzona systematycznie i planowo. Niezbędne są drobiazgowe ćwiczenia, które wytwarzają podwaliny w charakterze i sprawności cielesnej przyszłego żeglarza.

Pierwsze drużyny żeglarskie ukazują się na Zlocie Narodowym na Siekierkach, a w rok później zostaje zorganizowany cały szereg wypraw-

żeglarskich śródlądowych, jak np. „Wilków Morskich" z Torunia do Gdańska, 39 W. D. H. z Wigier do Warszawy, 20 Warszawskiej Drużyny i inne.

W tej pracy drużyny napotykają na cały szereg trudności: w pierwszym rzędzie brak odpowiednich łodzi, funduszów na ich kupno, brak przystani, oraz instruktorów żeglarskich. To jednak nie odstrasza chłopców. Budują łodzie przeważnie własnemi rękami z zaoszczędzonych pieniędzy w warsztatach przez siebie skonstruowanych. Łodzie te są bardzo prymitywne, ale stopniowo przy wydatniejszej pomocy starszego społeczeństwa coraz bardziej ilość i jakość ich się zwiększa.

Wśród tych poczynań na czoło wysuwa się praca koedukacyjnego Hufca Syberyjskiego w Wejherowie, który najpierwszy, bo już w roku 1918, pływa pod polską banderą na falach morza japońskiego. Wróciwszy do kraju, przez nieustanną i systematyczną pracę pod kierunkiem dra Jakóbkiewicza zbliża się na tyle do morza, że chłopcy i dziewczęta z tego Hufca, równie dobrze czują się na morzu, jak i na lądzie. Świadczą o tem bardzo ładne wyniki, uzyskane przez Harcerzy Wejherowskich w zawodach pływackich, wioślarskich i żeglarskich.

Główna Kwatera Męska, celem skoordnowania pracy drużyn żeglarskich i morskich i ujęcia jej w ramy specjalnych prób, organizuje w Warszawie, w dniu 3 kwietnia 1927 roku, Konferencję przedstawicieli harcerskich drużyn żeglarskich i morskich.

W Konferencji tej wzięli udział przedstawiciele następujących środowisk: Poznań (Drużyna „Wilków Morskich"), Warszawa (39. D. H.), Ursynów, Łomża, Brześć n. B., Przemyśl, Bydgoszcz, Brzeziny na Śląsku, Lipno, Suwałki, Pułtusk, Włodzimierz, Wejherowo (Hufiec Syberyjski). W toku obrad zgłoszono, jako wniosek na VII Zjazd Walny, następującą rezolucję: „Z. H. P., biorąc pod uwagę znaczenie, jakie dla Polski posiada dostęp do morza, oraz wyzyskanie dróg wodnych, przystępuje do organizowania drużyn morskich na szerszą skalę. Z. H. P. wzywa młodzież, aby przez uprawianie sportów wodnych zwróciła uwagę w stronę naszego morza i bogatych przestrzeni wodnych, a tem samem wytworzyła powszechny pęd ku morzu i zrozumienie znaczenia żeglarstwa, ze względu na jego wartości wychowawcze, ekonomiczne i polityczne."

Ustalono, jako wytyczne prac specjalnej Komisji, powołanej do organizacji żeglarstwa, że są trzy stopnie drużyn morskich: próbna, żeglarska i morska, oraz pięć stopni młodzieży, odpowiadających pięciu stopniom w normalnych warunkach harcerskich.

Wysunięto następujące zasady dla drużyn morskich: 1) organizacja pracy drużyn morskich powinna polegać na rozpoczęciu od nauczania swych członków pływania; 2) do łodzi wiosłowej może być dopuszczony harcerz, który potrafi przepłynąć połowę szerokości rzeki, na której odbywają się ćwiczenia, względnie odpowiednią odległość na stawie lub jeziorze; 3) do łodzi żaglowej może być dopuszczony harcerz, który potrafi przepłynąć całą szerokość rzeki, na której odbywają się ćwiczenia i odpowiednią odległość na stawie lub jeziorze, oraz umie wytrwale wiosłować; 4) uwzględnienie należyte wiadomości o morzu, o wybrzeżu Polski historycznej i o Bałtyku wogóle, a nadto wiadomości o drogach wodnych polskich, a szczególnie o ujściu Wisły; 5) uprawianie sygnalizacji nietylko Morse'a ale semaforycznej i flagowej morskiej; 6) uczenie orjentowania się według gwiazd, oś nieba i główne konstelacje, umiejętności dokładnej posługiwania się kompasem, znajomość róży wiatrów; 7) uprawianie rybołóstwa (patrz „Harcmistrz" str. 73, r. 1927).

Wakacje roku 1927 w dorobku ogólnym dla żeglarstwa harcerskiego przynoszą bardzo dużo, a więc: harcerski kurs żeglarski na Helu w obozie Hufca Syberyjskiego, który pod kierunkiem wykwalifikowanych instruktorów dostarczył młodych sił do organizowania żeglarstwa, co też odrazu uwydatnia się w pracy roku 1927 i początkach bieżącego przez powstanie bardzo dużej ilości nowych drużyn i zastępów żeglarskich. Ponadto w cza-

sie wakacyj powstaje kilka wypraw śródlądowych, jak 11 W. D. H. z Sejn do Warszawy, 39 W. D. H. z Wigier do Warszawy (1600 km.), przemyskiej drużyny morskiej z Przemyśla Sanem, Wisłą i morzem na Hel (przeszło 110 km.). Ukoronowaniem ich była śmiała wyprawa drużyny „wilków morskich" własną łodzią z Poznania na Międzynarodowy Zlot Skautów Morskich w Kopenhadze.

Wyprawą tą kierował dh. Hermel, drużynowy „Wilków Morskich". Niestety ze względu na zbyt ograniczony wiek zawodników, mogących stawać do różnych konkurencyj, drużyna polska stawała tylko do regat wioślarskich i żaglówek. Trzeba zaznaczyć, że była to jedyna drużyna, która przybyła łodzią na zlot.

Rok szkolny 1927/28 przynosi coraz to nowe drużyny żeglarskie. We Lwowie organizuje się drużyna wodna. Nie mając wpobliżu rzeki, przeprowadza ćwiczenia na obszernych stawach. W miejscowościach nadrzecznych powstają drużyny w Toruniu, Krakowie, nowa drużyna w Bydgoszczy. Poczynają się przygotowania do organizacji kursów żeglarskich, któreby przeszkoliły instruktorów, a tem samem pogłębiły prace w już istniejących drużynach i dały impuls do tworzenia nowych drużyn.

Do rozwoju harcerskich drużyn morskich przyczynia się wydatnie prasa harcerska, drukując materjały sprawozdawcze i metodyczne z prac poszczególnych drużyn. Np. „Harcerz" poświęca cały dział żeglarstwu. Umieszcza w tym dziale zimowy kurs żeglarski, zorganizowany przez 39 W. D. H. Ponadto drukuje materjały z dziedzin, związanych z umiejętnościami, które musi zdobyć każda drużyna, nosząca miano żeglarskiej czy wodnej.

W kwietniu r. b. G. K. M. organizuje II Konferencję Żeglarską w Warszawie. W konferencji uczestniczyło 28 osób, reprezentujących Główną Kwaterę Męską, Komendy Chorągwi Poznańskiej i Pomorskiej, oraz 14 środowisk, a mianowicie: Augustów (1 drużyna żeglarska), Brześć nad Bugiem (1 drużyna żeglarska), Bydgoszcz (1 dr. morska), Chojnice (1 i 5 drużyna żeglarska), Łomża (6 drużyna żeglarska), Kraków (1 i 8 wodna), Poznań (drużyna „Wilków Morskich"), Pomorze-Hel (Hufiec Syberyjski), Sandomierz (1 drużyna żeglarska), Suwałki (1 i 2 morska dr.), Toruń (3 drużyna żeglarska), Warszawa (39 i 20 żeglarskie), Ursynów (1 drużyna żeglarska).

W toku obrad zajmowano się głównie przygotowaniem i precyzowaniem materjału wymagań na stopnie harcerskie w drużynach żeglarskich, który posłuży G. K. M. do ich opracowania.

Wymagania, opracowane na konferencji, przedstawiałyby się następująco: D o l a t 12 — m ł o d z i k. 1. Stopień młodzika „lądowego". — 2. Ogólne wiadomości o wybrzeżu polskiem, nazwy najważniejszych miejscowości, oraz nazwy głównych rzek spławnych (woda stojąca). — 3. Pływanie stylem dowolnym min. 50 m, skok do wody głową i nogami z wysokości 1 m. — 4. Znajomość głównych części łodzi oraz zachowania się na łodzi.

II. d o l a t 14 — w i o ś l a r z. Stopień wywiadowcy „lądowego". 1. Znajomość geografji i historji wybrzeża Polski obecnej, oraz ujścia Wisły. — 2. Znajomość głównych konstelacyj. — 3. Pływanie 200 mtr. styl dowolny, woda stojąca, nurkowanie, jazda na pych, kajakiem, wiosłowanie w osadzie, znajomość ogólna budowy łodzi, umiejętność utrzymania jej w porządku. — 4. Sygnalizacja lądowa. — 5. Wiązanie węzłów z zamkniętemi oczyma (skróty, łączenia, zaplatanie, zakończenie, drabiny sznurowe). — Odbycie trzech (3) wycieczek jednodniowych wodą, znajomość punktów ratunkowych, umiejętność rzucania linki i pasa ratunkowego, określenie szybkości prądu wody, znajomość wód w najbliższym terenie.

III. d o l a t 16 — s t e r n i k. Stopień ćwika lądowego. 1. Nocowanie na łodzi przez jedną noc. Umie sygnalizować Morse'a i Semafora dobrze. Ugotuje na łodzi. Wykona naprawki i uzbrojenia łodzi żaglowej. Zna typy łodzi, zna najważniejsze gatunki ryb polskich i umie je łowić w rzekach

i wodach stojących i zna zasady rybołóstwa morskiego. — 2. Historja żeglarstwa polskiego. — Znajomość geografji i historji wybrzeża od Rewla do Rugji. Znajomość głównych konstelacyj, osi ruchu gwiazd, etykiety jachtowej, znaków nadbrzeżnych. Umiejętność zachowania się na żaglówce, znajomość znaków nawigacyjnych świetlnych i dźwiękowych. — 3. Umie pływać klasycznym sposobem i przepłynie w ubraniu 50 m. i rozbierze się w wodzie, umie pływać nawznak, wykona skok do wody z 3 m. wysokości, zna zasady ratownictwa wodnego, wiosłuje wytrwale 45 minut. — Określi kierunek wiatru i wzrost zachmurzenia. Umie zbudować tratwę. Posiada sprawność pioniera, prowadzi dziennik załogi.

IV. od lat 16 — żeglarz. 1. Odbędzie tygodniową wycieczkę wodną. Zna organizację marynarki wojennej i handlowej Polski. Zna geografję i zarys historji wybrzeża morza Bałtyckiego. Zna typy okrętów i rodzaje ożaglowania. Zna zasady sterowania. Musi zdać egzamin na szypra II klasy. Umie odbijać i dobijać do przystani, umie opuszczać i podnosić kotwicę. Zna bandery na Bałtyku państwa polskiego i państw obcych.

V. od lat 17 — żeglarz Rzeczypospolitej. Stopień ten może uzyskać dopiero w następnym roku nawigacyjnym. 1. Posiada conajmniej dwutygodniowy obóz morski. Dojedzie żaglówką lub motorówką do portów historycznych Polski. Zna stosunki handlu polskiego z państwami obcemi. Zna życiorysy żeglarzy polskich, zna dowolny język obcy. Zna dokładnie wybrzeże polskie. Opracowanie munduru i oznak odłożono na następną konferencję, która ma się odbyć w listopadzie r. b.

Ponadto ustalono wymagania od każdego z 3 rodzajów drużyn żeglarskich a więc: Prawo używania tytułu drużyny wodnej, może posiąść drużyna harcerska, o ile posiada: 1) jedną łódź motorową oraz 2) instruktora do pływania. — II. żeglarskiej, o ile ma 1) jedną żaglówkę minimum 10 metr. powierzchni, 2) jednego żeglarza, 3) jedną osadę wioślarzy ze stopniem wioślarzy, lub odpowiedniego instruktora, 4) dwóch sterników. — III. morskiej, o ile ma: 1) jedną łódź burtową, 2) dwóch żeglarzy, 3) jedną osadę wioślarzy, 4) jedną osadę sterników.

Stwierdzono, że wytworzony pęd ku morzu obejmuje coraz bardziej drużyny harcerskie. Objawia się to w powstawaniu coraz to nowych drużyn żeglarskich.

Wakacje r. 1928 dają obfity plon Harcerstwu w tej dziedzinie. Wewnątrz kraju niemal każda drużyna urządza wędrówkę. Przeważnie celem każdej z tych wędrówek jest Morze Bałtyckie. Jechały doń rzekami drużyny z Krzemieńca, Poznania, z Krakowa, z Lublina na małej pychówce 600 klm. w 12 dni (nowozałożony zastęp żeglarski przy I. lubelskiej) i t. d Dalej następują wyprawy Łomżyniaków Narwią-Wisłą do Warszawy, doroczne wyprawy 39 W. D. H., drużyny z Sandomierza Wisłą do Warszawy.

Z projektowanych na konferencji kursów, dochodzą do skutku dwa: kurs Hufca Suwalskiego na jeziorze Wigry, kurs Chorągwi Pomorskiej w Gdyni. Pozatem były zorganizowane obozy żeglarskie „Wilków Morskich" w Gdyni, drużyny Gdańskiej.

Starsze drużyny, jak Przemyśl i 29 W. D. H. wyruszają na szersze wody, by swoje doświadczenie żeglarskie wzbogacić w nowe zdobycze. Organizują wyprawy do morza Czarnego.

Przemyska drużyna pod kierunkiem drużynowego dh. E. Heila w liczbie 11 harcerzy wyrusza na trzech łodziach kilowych, przystosowanych do żeglugi morskiej. Wycieczka ta była wyekwipowana w radjostację odbiorczą, trzy aparaty fotograficzne do zdjęć etnograficznych, aparaty naukowe, dla badań geograficznych i atmosferycznych.

Wycieczka dotarła wśród niebezpiecznych przepraw Prutem do Czerniowiec stolicy Bukowiny, witana z radością przez tamtejszy konsulat polski i ludność polską. Wzdłuż całej Besarabji, z powodu upałów i burz bez deszczu, wycieczka z ogromnym trudem dobiła do Dunaju, 10 sierpnia wjechała na morze Czarne. Morzem przebyła 70 mil morskich i rozbiła

obóz pod Konstancą (wojenny port rumuński). Wyprawa wróciła do Przemyśla 19 sierpnia.

39 W. D. H. pod kierunkiem druha Szymborskiego wyruszyła z Wiednia Dunajem przez sześć państw do morza Czarnego. Cztery łodzie typu canoe, na których jechała wyprawa zostały wykonane przez drużynę własnym sumptem z dużym nakładem pracy. Oczywiście znaczenie propagandowe tej wycieczki dla Polski jest bardzo duże. Chłopcy nasi na łodziach wyglądających jak łupinki na szerokim Dunaju, przebywszy duże i bardzo poważne przeszkody jak np. Żelazną Bramę, gdzie można bardzo łatwo rozbić się na podwodnych skałach, wykazali duże doświadczenie i umiejętność pokonywania napotykanych trudności.

Największy sukces odniosło Harcerstwo Polskie na III Międzynarodowych Zawodach Skautów Morskich w Tihany na Węgrzech. Zawody same odbywały się na jeziorze Balaton. Z. H. P. reprezentowała drużyna Ursynowska, pod kierunkiem druha harcmistrza Wł. Olędzkiego.

Drużyna ta już od Zlotu Narodowego w roku 1924 zajmuje się stale żeglarstwem, oraz wszystkiemi sportami wodnemi. Jest drużyną mokrą. W międzyczasie t. j. od roku 1924 do roku bieżącego drużyna stale uprawiała pływanie, wioślarstwo dwuwiosłowe, na pych, jednem wiosłem, żeglarstwo i t. p. W roku 1927 poświęcono własną łódź „Ursynowiankę", którą wybudowano własnemi siłami, jako że fundusze na jej budowę szły z wielu warsztatów funkcjonujących w drużynie. Są niemi: introligatorski, stolarski, blacharski, szewski, fryzjerski. Łódź ta jest typu „yola" 7 m. długości, 2.30 szerokości o 25 m. kw. żagla. Może się w niej swobodnie pomieścić 8 ludzi. Na łodzi tej odbyto parę wycieczek, między innemi Warszawa-Toruń w roku ubiegłym.

Przed wyjazdem do Tihany drużyna urządziła przygotowawczy obóz żeglarski, który trwał od 24 czerwca do 24 lipca. W programie tego obozu były: nauka pływania, stylem klasycznym, dowolnym, ratowanie tonących na wodzie, pływanie w ubraniu i rozbieranie, rzucanie liny ratunkowej, koła, pierwsza pomoc, nurkowanie i skoki. Wiosłowanie na kajakach jedno i dwuosobowych z jednem wiosłem, na łodzi wioślarskiej z jednem lub dwoma wiosłami. Wiosłowanie całej osady, wskakiwanie i wyskakiwanie z wody, budowa i naprawa łodzi. Żeglarstwo — w kierunku wiatru, znajomość łodzi żeglarskiej, takielunku, naprawa części łodzi, nauka żeglarstwa na łodziach o żaglu 5 m. kw. i 25 m. kw., kilkodniowe ćwiczenia na żaglówce. Sygnalizacja — Morse'm, Semaforem, Kodeksem międzynarodowym, ponadto ćwiczenia w przeciąganiu liny, robienie z lin węzłów, skracanie, splatanie, zakończanie, ocenianie odległości. Tańce i śpiewy. Tydzień czasu drużyna spędziła w obozie wędrownym w górę Wisły.

Zawody w Tihany trwały od 25 lipca do 7 sierpnia, były następujące: jednostkowe, pływackie, sygnalizacji, regaty z przeszkodami, regaty wioślarskie, popisy przy ognisku, przeciąganie liny, 12-godzinna wycieczka.

W ogólnej klasyfikacji przyznano polskiej drużynie pierwsze miejsce, obdarzając ją cennemi nagrodami, jak wazon z porcelany za pierwsze miejsce przy ognisku, puhar srebrny za regaty z przeszkodami, oryginalny posążek z porcelany za 12-godzinną wycieczkę z mapą, ładny zegar za przeciąganie liny, wielka plakieta Ministra Finansów za zawody indywidualne.

Tyle o imprezach żeglarskich ostatniego lata. W obecnej chwili dochodzą nas ciągle wieści o coraz to nowych zastępach żeglarskich. Niemal już w każdem środowisku nad większą rzeką są drużyny morskie lub żeglarskie, a nawet jeśli rzeki w pobliżu niema, to chłopcy ćwiczą się na stawach, by w przyszłości wyruszyć na szersze wody. Wytworzony z dużym rozmachem pęd ku morzu obejmuje coraz liczniejsze rzesze młodzieży harcerskiej.

E. Ryszkowski.

NOTATKI BIBLJOGRAFICZNE.

Anatomja, antropologja, fizjologja.

Th. Brugsch u. F. H. Lewy. Die Biologie der Person. Ein Handb. d. allgem. u. spec. Konstitutionslehre. 4 t. Berlin 1928-9.

R. Fick. Bewegungsumfang im Schultergelenk. Sitzungber. Preuss. Ak. d. Wiss., Phys.-math. Kl., 1928, 5.

S. Herbert. An Introduction to the Physiology and Psychology of Sex. 2-nd ed. London (A. & C. Black) 1928.

Lutembacher. Structure des muscels strie's. Paris 1928. Str. 155, 103 fig.

R. Martin. Lehrbuch der Anthropologie. 2. Aufl. Berlin 1928. 3 t. Str. 1816 w, 8-ki, ilustr.

Muskelarbeit u. Blutkreislauf. Verhandlungsber. üb. d. 4. Sportärzte-Tagung in Berlin 1917, herausg. v. A. Mallwitz u. H. Rautmann. Berlin 1928. Str. III + 168, ilustr.

A. D. Ritchie. The Comparative Physiology of Muscular Tissue. Cambridge 1928.

Higjena. patologja, terapja.

L. A. Averill. The hygiene of instruction. N. York 1928. Str. 400.

R. Cruchet. Les mauvaises habitudes chez les enfants. (Bibl. de pathol. infant.) Paris 1928. Str. 128.

Jacquet. Essai sur l'hygiène universitaire. 1928. Str. 140.

C. L. Lowman, C. Colestock, H. Cooper. Corrective Physical Education for Groups. N. York 1928.

Dr. V. Pauchet. Restez jeunes. Paris 1928. Str. 256.

Dr. Arnaud Ruiz. L'Hygiène de l'attention. Paris 1928. Str. 292.

School Health Programs from many Lands. A report of the Health Section of the World Federation of Education Associations; held at Toronto in Canada, 1927. Str. 209.

J. J. Walsh. Lavghter and Health. London 1928.

Psychologja, pedagogika.

Ed. Claparède. Szkoła na miarę. Przeł. Z. Ziembiński. Warszawa (M. Arct) 1929.

F. Giese. Psychologie der Arbeitshand. Berlin 1928. Str. VIII + 325, ilustr.

Opieka nad macierzyństwem, dziećmi i młodzieżą w Rzeczypospolitej Polskiej. Warszawa (Min. Pracy i Op. Społ.) 1928. Str. 449 w. 8-ki, ilustr.

Rocznik Pedagogiczny, ser. II, t. III, red. H. Radlińska. Warszawa-Lwów (Książnica-Atlas) 1928. Str. 458 w. 8-ki.

Dr. H. Sippel. Körper — Geist — Seele. Grundl. e. Psychol. d. Leibesübungen. Berlin (Weidemann) 1927. Str. 110.

Wychowanie fizyczne w ogólności.

Prof. Dr. E. Matthias. Vom Sinn der Leibesübungen. München (Delphin-Verlag) 1928. Str. 67.

Règlement général d'éducation physique, Méthode française. 1-e partie. Paris 1928. Str. 342, ilustr.

Gry, sporty, harce.

Dr. A. Arnold. Bibliographie des gesammten, seit 1911 erschien. Schrifttums üb. Sportmedizin etc. Berlin 1927, VIII + 232 S.

Cz. Jaxa-Bykowski. Wycieczki. Warszawa (Związek Strzelecki) 1928. Str. 91, w 16-ce.

W. Junosza-Dąbrowski. Co każdy o sporcie wiedzieć powinien. Warszawa (Gł. Księg. Wojsk.) 1928, str. 75 w 16-ce.

Tenże. Co każdy o boksie wiedzieć powinien. Tamże 1928, str. 40 w 16-ce, ilustr.

Por.-lek. Grodzki, T. Paczkowski, kpt. Prochowski. Hockey na lodzie. Poznań (nakł. aut.) 1928. Str. 80 w 16-ce, ilustr.

R. Kircher. Fair Play. Sport, Spiel und Geist in England. Frankfurt a. M. (Societäts-Druckerei) 1927. Str. 214, ilustr.

Inż. Włodz. Mańkowski. Szermierka na szable. Lwów (Ossolineum) 1929. Str. VII + 296 + 20 str. rycin.

Z. Nożyńska. Zbiorek pląsów. Poznań nakł. K. T. Barwicki) 1928. Nuty i tekst.

Rocznik Harcerski. Red. St. Sedlaczek. Warszawa (Zw. Harc. Pol.) 1928. Str. XIV + 222, ilustr.

B. P. F. Schroeder et le Dr. Chailley-Bert. La course à pied. Paris (Doin) 1927. Str. 172.

J. Sevin. Le Scoutisme. Nouv. éd. Paris 1928. Str. 340.

Wierchy. Rocznik VI. Kraków (Pol. Tow. Tatrz.) 1928. Str. 214. w. 8-ki, ilustr.

Mjr. W. Ziętkiewicz. Sprzęt narciarski. Warszawa (Gł. Księg. Wojsk.) 1929. Str. 32 w 16-ce, ilustr.

KRONIKA.

— **P. Axel Berg von Linde**, inspektor wychowania fizycznego w prowincjach Szwecji południowej, oraz sekretarz generalny skandynawskiego Związku towarzystw gimnastycznych, odwiedził w lutym Polskę, bawiąc po kilka dni w Poznaniu i Warszawie. Nasz miły gość zwiedził, między innemi, Studjum W. F. Uniw. Pozn., Centralną Szkołę Wojsk. W. F., Państwowy Instytut W. F., budowę Centr. Inst. W. F. na Bielanach, zapoznał się z działalnością Państw. Urzędu W. F., wszędzie witany serdecznie i oprowadzany przez wybitnych działaczy naszych tej dziedziny. (Z jednym z nich, nacz. wizyt. W. Sikorskim, p. v. Linde kolegował, w latach 1909-10, na studjach w Centralnym Instytucie sztokholmskim.) P. L. podnosił w swych rozmowach i wywiadach dla prasy wytrwałą i umiejętną pracę Polski, od lat blisko 40-tu, na tle wzorów skandynawskich, jak niemniej rozmach, z jakim usiłujemy wyrównać zaniedbania okresu zaborów. Wizyta jego w Polsce jest ogniwem w łańcuchu dłuższej podróży, obejmującej cały szereg krajów europejskich. Nie zaniedbuje przytem bardzo rozumnej i umiejętnej propagandy dla jednego z najwybitniejszych dziś ośrodków skandynawskich wychowania fizycznego — jest bowiem przyjacielem i współpracownikiem znanego i u nas zaszczytnie mjr. J. G. Thulina w Lund. Najlepszym środkiem tej propagandy jest doskonały film, na którym nie wiedzieliśmy, co więcej podziwiać: czy przemiłe obrazy życia dziatwy i młodzieży w obozach, zorganizowanych przez Związek gimnastyczny, czy świetnie wykonane i umiejętnie zdjęte lekcje gimnastyki w Instytucie Thulina (niewiasty) i w szwedzkiej Y. M. C. A. (mężczyźni). Obyśmy rychło zdobyli się na film podobny.

— **Mianowania.** Na opróżnione (przez powołanie doc. Szumana na katedrę w Krakowie) miejsce wizytatora higjeny w Kuratorjum O. S. Poznańskiego, mianowano d-ra Wierzbickiego (poprzednio w Kuratorjum Wołyńskiem).

— **W sprawie zaopatrzenia się w „Księgę sprawozdań rocznych ze stanu wychowania fizycznnego"** (Okólnik Min. Wyz. Rel. i Ośw. Publ. z dn. 18. I. 1929 — Nr. 1. W. F. 384/29, Dz. Urz. z dn. 30. I. 1929. Nr. 2. poz. 18). W celu ułatwienia układania sprawozdań ze stanu wychowania fizycznego w szkołach, oraz notowania wszelkich zmian, a zwłaszcza postępu w tej dziedzinie — poleca się dyrekcjom szkół średnich ogólnokształcących, seminarjów nauczycielskich i średnich szkół zawodowych, by się zaopatrzyły w specjalną „Księgę sprawozdań rocznych ze stanu wych. fiz.". Książka ta, na wzór książki sanitarnej, ułatwi porównywanie rozwoju wychowania fizycznego z danej szkoły, i służyć ma na lat 5.

— **Syfilis a dziecko.** Staraniem Polskiego Towarzystwa Eugenicznego i Warszawskiego Oddziału Tow. Dermatologicznego, odbył się w sali wykładowej Tow. Eugenicznego, w szpitalu Ś-go Łazarza i klinikach kurs dla lekarzy z wymienionej dziedziny. Wykłady powierzono wybitnym klinicystom. Kurs trwał od dnia 18 do 28 lutego r. b.

— **Przed II Narodowym Zlotem Harcerzy.** W dniach 12—23 lipca 1928 r. odbędzie się pod Poznaniem II Narodowy Zlot Harcerzy. Przygotowania wstępne zostały już ukończone, oraz prace na samym Zlocie rozdane pomiędzy poszczególne Chorągwie. Program Zlotu przewiduje zawody i pokazy z każdej dziedziny życia harcerskiego. Główny nacisk kładziony będzie na zawody i pokazy z zakresu swojszczyzny. Osobną wielką grupę stanowić będą zawody z dziedziny wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego. Według dotychczasowych danych na Zlot wybiera się około 7.000 harcerzy. Ostateczny termin nadsyłania zgłoszeń na Zlot upływa z dniem 1 kwietnia 1929 r.

— **Nasz apel.** Pod tym tytułem ogłasza Sekretarjat Generalny Związku Harcerstwa Polskiego następującą odezwę:

„Wszyscy patrzymy na młode, wzrastające pokolenie, jako na tych, co nić dziejów, przekazaną przez ojców, snuć będą w dalekie tajnie przyszłości. A jednocześnie zatruwamy ich alkoholem i tytoniem... w najpodatniejszym okresie życia szczepimy ziarna zgubnych nałogów.

Jak mało, strasznie mało ludzi myśli rozumnie o dzieciach, o młodzieży, rozumnie troszczy się o ich zdrowie fizyczne i moralne. Jeżeliby ktoś z nas zabrał się do roboty butów, nie uczywszy się szewstwa, wyśmialibyśmy go. Gdy ślepy rozprawia o kolorach, z ubolewaniem kiwamy głowami, żałujemy go. Ale gdy ignorant rozprawia o nieszkodliwości alkoholu, gdy w towarzystwie przy stole głupi człowiek wyśmiewa się z harcerza-abstynenta, zmusza go do picia, torturuje moralnie — opinja częściej jest po stronie ignoranta, niż malca-bohatera. Naprawdę trzeba nieraz bohaterstwa, aby w warunkach dzisiejszej ciemnoty umysłowej i moralnej, wśród nawet t. zw. inteligentnych sfer, nie zaprzeć się przyrzeczenia harcerskiego.

Z odpowiedzi na ankietę, jaką swego czasu przeprowadzał w szkołach warszawskich ks. Sopoćko, wynikało, że początek używania alkoholu powstał pod przymusem otoczenia domowego. Oczywiście! Jeśli w opinji publicznej abstynent jest niedołęgą lub idjotą, o którym mówi się pobłażliwie — rodzice muszą dzieci „chronić" od takiej oceny — uczą pić.

Robi się dzisiaj to i owo dla polepszenia sprawy, dla zmniejszenia alkoholizmu wśród młodzieży. Najważniejszym jednak czynnikiem walki z pijaństwem będzie wpływ środowisk, przykład i opinja — ta opinja, która dziś — mówmy szczerze — jest po stronie pijących i pijaków.

Jeden ze znanych publicystów w pracy swej pod tytułem „Idea skautingu" mówi: „Coś trzeba w człowieku zmienić, aby życie było inne; dzieci nasze, wychowane z rygorem w zasadach skautingu, mogą być bardzo nieszczęśliwe". Bo gdy się nic między starszymi nie zmieni, to dorastając zbyt wielką widzą różnicę między ideałem, na który je sztucznie wytreso-

wano, a rzeczywistością w środowisku. Przejrzyjmy prawo harcerskie, choćby jego X punkt: „Harcerz jest czysty w myśli, mowie i uczynkach; nie pali tytoniu i nie pije napojów alkoholowych". Bardzo pięknie, ale co on z sobą zrobi w społeczeństwie, które mu życie za to właśnie zatruje, uczyni z niego postać śmieszną? Cały bowiem obyczaj miejski, domowy i publiczny oparty był na pijaństwie.

Mówimy chętnie o popieraniu zrzeszeń młodzieży, walczących z alkoholizmem, i słusznie chcemy je popierać. Pomagać niewszyscy mogą i chcą, ale nie przeszkadzać — mogą wszyscy, niechże więc i chcą nie przeszkadzać. Niech całe społeczeństwo zrozumie nareszcie, że wysiłki młodzieży ku stworzeniu czystej, zdrowej atmosfery życia domowego i publicznego, zasługują na milczenie, jeżeli nie na szacunek i pomoc.

Niech ludzie dorośli nie chwalą obłudnie odrodzeniowych zrzeszeń młodzieży na zebraniach publicznych, gdy jednocześnie przy stole rodzinnym ośmieszają ideę, łamiąc charaktery młodociane. O to prosi przyjaciół alkoholu w imieniu całej młodzieży polskiej — 50.000 harcerek i harcerzy."

— **V. Międzynarodowa Konferencja Zrzeszenia Nowego Wychowania** *(New Education Fellowship)* odbędzie się w dniach od 8—12 sierpnia 1929 r. w Helsingör (Danja). Ostatnie obrady tego rodzaju, które zgromadziły około 1200 wychowawców, toczyły się w Locarno przed dwoma laty. Na konferencji będzie przemawiał szereg znakomitości wychowawczych całego świata, między innymi: Miss Helen Parkhurst (Stany Zjedn.), dr. O. Decroly (Uniw. Brukselski), dr. Adolphe Ferrière i inni. Poza wykładami będą prowadzone dyskusje i kursy pod kierownictwem znanych wychowawców. Między innemi będą omawiane następujące tematy: „Psychologja nowego wychowania", „Technika nauczania", „Badania nad rozkładem zajęć", „Metoda Decroly'ego", „System daltoński", „Dziecko a religja", „Nowoczesne szkoły podczas pracy", „Wychowanie rodzicielskie i dziecko w domu". Komitet, chcąc uprzyjemnić uczestnikom pobyt, będzie urządzał liczne wycieczki w piękne okolice, otaczające miejscowość Helsingör. Do Komitetu organizacyjnego należy z Polaków p. Radlińska (Warszawa, Śniadeckich nr. 8).

— **Kompromitujące cyfry.** Przy okazji rozpatrywania sprawy wywozu trzody chlewnej i mięsa z Polski za granicę, stwierdzono, że gdy Anglik zjada rocznie 60 kilo mięsa, 100 jaj i 300 kilo zbóż, to Polak tylko 18 kilo mięsa, 30 jaj i 200 kilo zbóż. Na mięso wydaje przeciętny obywatel polski 52 złote rocznie i jednocześnie 24 złote na wódkę i 16 złotych na tytoń, „artykuły" mniej konieczne i mniej pożyteczne niż mięso. Obserwacje bliższe stwierdzają, że mięsa najmniej jadają ci, którzy wydają dużo stosunkowo na ubranie, zabawę i wódkę. (A. B. C.)

— **Złe strony komasacji szkół.** „Kurjer Poznański", w dłuższym artykule, pisze m. i.: „Oddajcie nam szkołę!" Tak wołają pod adresem władz szkolnych mieszkańcy licznych wsi b. zaboru pruskiego, których dzieci po zlikwidowaniu szkoły miejscowej przekazano do szkoły sąsiedniej, znajdującej się nieraz w odległej, zapadłej miejscowości. Ludność bowiem, przywiązana do swej jedno- lub dwuklasówki, do której uczęszczali już ich rodzice i dziadkowie, protestuje — i prosi, ażeby nie gaszono oświaty na naszych kresach. Znane są wypadki, że rodzice oparli się i nie posyłali dzieci do wyznaczonej im szkoły zamiejscowej, argumentując, że mają własną szkołę u siebie. Nastąpiły interwencje władz i kary szkolne, które najmniej przemawiają do przekonania. Odwołano się następnie do sądów, wysłano delegacje i zażalenia do władz wyższych, nawet do ministerstwa, lecz znane są wypadki, że protesty załatwiono odmownie.

Komasację szkół — wyższość rozwiniętych systemów jest dawno już przesądzona — należy przeprowadzić tam, gdzie warunki są odpowiednie. Gdy zajdzie potrzeba, należy więc łączyć małorozwinięte systemy podmiejskie ze szkołami miejskiemi, lub inne szkoły z takiemi, do których ma się

dobrą komunikację (szosy, kolej, autobus, okazja furmanką). W powiecie, zwłaszcza na odludziu, gdzie drogi ciężkie, gliniaste, lub inne niewygody, zaleca się ostrożność, choćby też ze względu na frekwencję tych szkół w zimie podczas śnieżyc i mrozu, jak obecnie. Przypuszczać bowiem można z całą pewnością, że frekwencja odludnych szkół w porze zimowej i z wiosną podczas roztopów pozostawia wiele do życzenia, dzieci mianowicie słabiej odżywiane i niedostatecznie ubrane, ze względu na własne zdrowie pozostawi się w domu. Inaczej w szkole miejscowej, tu na podstawie obowiązujących przepisów można od nich zażądać, nawet podczas ciężkiej zimy, regularnego uczęszczania do szkoły, a wynik w takich warunkach będzie ten, że poziom jedno- lub dwuklasówki wcale nie będzie się różnił od poziomu szkoły o rozwiniętym systemie, ale o niedostatecznej frekwencji, wywołanej przez odległość, przeszkody klimatyczne, choroby (grypa), jakich się dzieci przez przeziębienie łatwo nabawić mogą.

RÉSUMÉS DES PRINCIPAUX ARTICLES ET COMMUNIQUÉS.

Dr. K. Stojanowski, prof. agrégé, Université de Poznań. **Contribution à l'analyse de l'aptitude physique.** L'auteur avait donné, dans une note préliminaire (voir cette revue, 1927, p. 319—20), un résumé sur son travail intitulé: „Types d'aptitude physique et types de race". Dans le numéro présent, le D-r Stojanowski complète cette note, en nous fournissant toute une série de tablaux, ainsi qu'un diagramme (voir le texte polonais, pp. 92—3). Nous apprenons que l'étude en question a été faite sur 25 instituteurs, appartenant à un cours d'éducation physique. A l'aide de l'analyse associative du Prof. Czekanowski, l'auteur les avait divisé en deux groupes (forts et faibles) du même âge moyen (26 ans), en laissant de côté un troisième groupe, à caractères un peu paradoxales. Ce groupe, dont l'âge moyen égale 33,5 ans, donne en moyenne, au dynamomètre ordinaire, main droite, 45 kg, main gauche, 40 kg. Au dynamomètre scapulaire, 86 kg. Au dyn. lombaire, 160 kg. Course de 100 m., 15,8 sec. Course de 800 m., 3 min. 18. Grimper à la corde lisse de 5 m., 17,9 sec. Saut en longueur, 3,47 m. Saut en hauteur, 1,00 m. Lancement de grenade (800 gr.), m. dr. 28,2 m., m. g. 23,2 m. Ce groupe est trop peu nombreux pour nous permettre de conclure s'il y a, pour chaque âge, la même différentiation en forts et faibles.

Dr. P. Klamrzyński, médecin de l'Ecole normale d'instituteurs, Białystok. **Aptitude physique et conformation du corps.** L'auteur a soumis les 126 élèves de ladite école, aux épreuves de l'aptitude physique, combinées à toute une série de mensurations anthropométriques, en les classant, ensuite, d'après un tableau de son invention (voir le texte polonais, p. 96). Il en résulte, entr'autres, que le lancement du javelot exige un système musculaire bien développé, ainsi qu'une bonne conformation du corps (Mayet, Pirquet); enfin, une bonne acuité visuelle. Pour le lancement de la balle, ce sont les élèves du type respiratoire, athlétique, ou digestif (Sigaud) qui obtiennent les meilleurs résultats. Le bon fonctionnement du système nerveux, n'est pas, non plus, dépourvu d'une influence. Quant aux sauts, le type longiligne (à taille dépassant les moyennes de son âge) emporte sur les autres. En outre, l'amour du sport en général y semble jouer un certain rôle. La course exige un thorax bien développé (mensuration morphologique, épreuve de Flack), ainsi qu'une bonne santé générale. La précocité physique (âge physiologique en avance de l'âge chronologique) favorise, elle aussi, la réussite dans cette concurrence. Enfin, pour l'ensemble de l'aptitude physique, c'est le bon état d'alimentation (Pirquet) et le bon développement physique qui l'influencent le plus. Mais il y a, aussi, une correlation évidente, entre l'aptitude physique et psychique de l'élève.

CZCIONKAMI DRUKARNI ŚW. WOJCIECHA W POZNANIU